باذوق مردوں اور باوقار خواتین کے لئے جسے بچے بھی پڑھ سکتے ہیں

116

ماہنامہ عبقری ® لاہور

فروری 2016 جمادی الاول 1437 ہجری

گھر بھر کی جسمانی بیماریوں، ذہنی الجھنوں اور روحانی مسائل کا حل

قیمت فی شمارہ 45 روپے

باجرہ کی روٹی اور چقندر کا سوپ پائیں صحت بھرپور

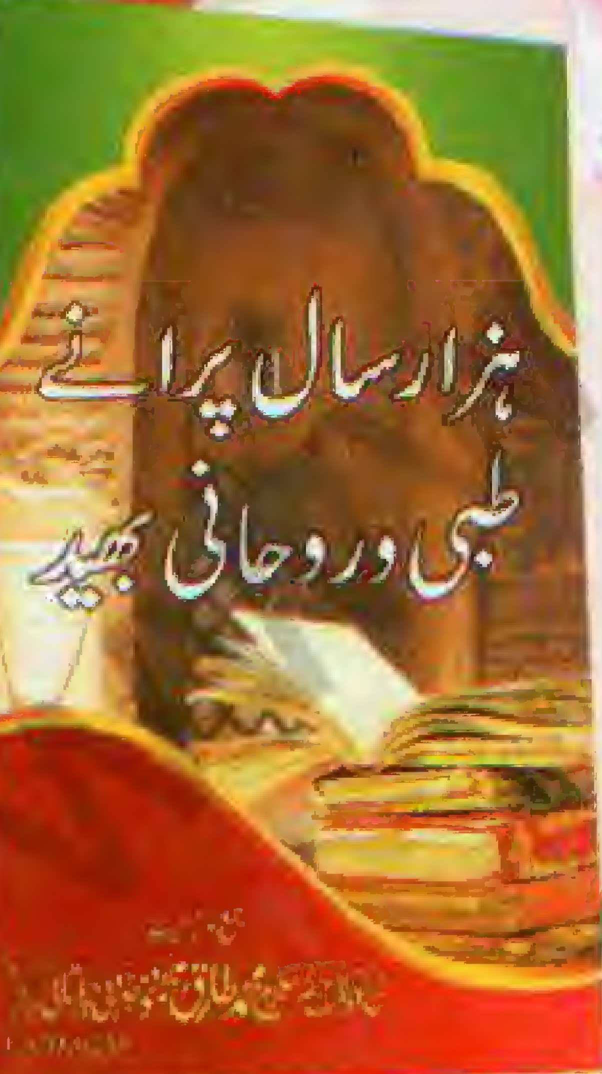


تین سو تین تین دن اور ہر مشکل حل

ٹائیفائیڈ دس سیکنڈ میں ختم کرنے والی جڑی بوٹی

بھوپال کی شہزادی کے شاہی حکیم کے شاہی نسخے

45 سالہ کنواری لڑکی کی ماں باپ سے فریاد



- ریڑھی پر اخروٹ بیچنے والا کروڑ پتی کیسے بنا؟ ضرور پڑھیں!
- چند اصول اپنائیں! طبیبوں سے ہمیشہ کیلئے نجات پائیں
- فرسٹ پوزیشن حاصل کرنے کا خاص آزمودہ عمل
- نہایت آسان ٹوٹکہ اور جسم لوہے کی طرح مضبوط
- انمول خزانے سے ٹریفک لائسنس کا حصول
- ایک درود سات برکتیں ابھی پڑھیں ابھی کریں
- دکھیاروں کی بددعاؤں نے در در کا محتاج کر دیا

تفصیلات صفحہ نمبر 49 پر

عَبْقَرِيٍّ حِسَانٍ ۚ فَبِاَيِّ اٰلَآءِ رَبِّكُمَا تُكَذِّبٰنِ (القرآن)

بیاد: حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ ہجویری عبقری مجذوبؒ — جناب حکیم محمد رمضان چغتائیؒ

زیر سرپرستی: حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہ (پھلت)، حضرت علامہ لاہوتی پراسراری دامت برکاتہم العالیہ

شمارہ نمبر 7 | جلد نمبر 10 | فروری 2016 جمادی الاول 1437 ہجری

فرقہ واریت اور سیاسی تعصبات سے پاک

ماہنامہ عبقری لاہور

فروری 2016ء

مرکز روحانیت و امن کا ترجمان

ایڈیٹر: شیخ الوظائف حضرت حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی دامت برکاتہم العالیہ (پی ایچ ڈی امریکہ)

مشاورت: حکیم محمد خالد محمود چغتائی، محمد محسن انصاری، میاں محمد طارق، امتیاز جمید اعوان

قیمت فی شمارہ 45 روپے | سالانہ ممبرشپ 900 روپے رجسٹرڈ ڈاک، بیرون ملک سالانہ 63 امریکی ڈالر

فہرست مضامین

ایڈیٹر کا مضمون نگار سے متفق ہونا ضروری نہیں

تحفظ نظریہ پاکستان عبقری اکیڈمی

فرمان قائداعظم محمد علی جناح رحمۃ اللہ علیہ: ہم جتنی زیادہ تکلیفیں سہنا اور قربانیاں دینا سیکھیں گے، اتنی ہی زیادہ پاکیزہ خالص اور مضبوط قوم کی حیثیت سے ابھریں گے۔ جیسے سونا آگ میں تپ کر کندن بن جاتا ہے۔ (پیغام عیدالاضحیٰ 24 اکتوبر 1947ء)

☆ یہ تلوار جو آپ نے مجھے عنایت کی ہے صرف حفاظت کیلئے اٹھے گی۔ لیکن فی الحال جو سب سے ضروری امر ہے وہ تعلیم ہے۔ علم تلوار سے بھی زیادہ طاقتور ہوتا ہے جایئے اور علم حاصل کیجئے۔ (اجلاس مسلم لیگ بلوچستان کوئٹہ 3 جولائی 1943ء)

زمانہ کی یہ گردش جاودانہ	حقیقت میں ایک تو، باقی فسانہ
کسی نے دوش دیکھا ہے نہ فردا	فقط امروز ہے تیرا زمانہ

(ڈاکٹر محمد علامہ اقبال رحمۃ اللہ علیہ)

عبقری ٹرسٹ کے ذریعے مستحقین کی امداد

عبقری جہاں روحانی جسمانی شعبوں کے ذریعے عالم انسانیت کے دکھی لوگوں کی خدمت کا کام سرانجام دے رہا ہے وہاں سالہا سال سے عبقری لوگوں کی دفتر تک پہنچائی ہوئی اشیاء مثلاً پرانے کپڑے، برتن، جوتے، فرنیچر، رضائیاں، اپنی زکوٰۃ، صدقات، عطیات اور اس کے علاوہ گھریلو استعمال کی تمام اشیاء غریب نادار اور مستحق لوگوں تک پہنچا رہا ہے۔ اپنی استعمال شدہ پرانی اشیاء کو ناکارہ سمجھ کر ضائع نہ کیجئے یقیناً یہ کسی مستحق کی خوشیوں کا سامان ہے۔ دوسرے شہروں کے لوگ ٹرک یا ٹرین کے ذریعے عبقری کے دفتر چیزیں بلٹی کرادیں شکریہ!

رجسٹریشن نمبر RP/6237/L/S/10/1534

فالتو کتابیں رسالے صدقہ جاریہ بنیں!

کتابیں نئی یا پرانی کسی بھی موضوع یا کسی بھی عنوان کی ہوں، رسائل، ڈائجسٹ، میگزین وغیرہ۔ آپ چاہتے ہوں کہ وہ صدقہ جاریہ بنیں۔ مزید وہ رسائل و کتابیں محفوظ ہوں، ایڈیٹر عبقری کو ہدیہ کی نیت سے ارسال کریں، وہ محفوظ ہونگی اور افادہ عام کیلئے استعمال ہوں گے۔ دوسرے شہروں کے لوگ ٹرک، ٹرین یا ڈاک خانہ کے ذریعے دفتر ماہنامہ عبقری چیزیں بھیج دیں۔ شکریہ! نوٹ: درسی اور نصابی کتب ارسال نہ کریں۔

عبقری ٹرسٹ کے سامان میں خیانت

قارئین! اپنی نقدی، سامان صرف دفتر ماہنامہ عبقری میں پہنچائیں، کسی مقامی ایجنسی کو نہ دیں، سامان و نقدی اکثر دفتر ماہنامہ عبقری لاہور نہیں پہنچ پاتا۔ عبقری ٹرسٹ کے سامان میں خیانت کی بہت شکایات آرہی ہیں۔

خط و کتابت کا پتہ: "عبقری" عالمی مرکز روحانیت و امن 78/3 عبقری اسٹریٹ نزد قرطبہ مسجد مزنگ چونگی لاہور

عبقری دفتر اتوار کو بند ہوتا ہے

فون / فیکس 042-37552384-37597605-37586453-042-37425801-37425802-37425803 | E mail:contact@ubqari.org

اللہ کی خوشنودی کیلئے ایک دوسرے سے خالص محبت کرنے والوں کا رتبہ

حضرت ابومالک اشعری رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: لوگو! سنو اور سمجھو اور جان لو کہ اللہ تعالیٰ کے کچھ بندے ایسے ہیں جو نہ انبیاء ہیں اور نہ شہداء ہیں‘ ان کے بیٹھنے کے خاص مقام اور اللہ تعالیٰ سے ان کے خاص قرب اور تعلق کی وجہ سے انبیاء اور شہداء ان پر رشک کریں گے۔ ایک دیہاتی آدمی نے جو مدینہ منورہ سے دور (دیہات کا) رہنے والا آیا ہوا تھا (متوجہ کرنے کیلئے) اپنے ہاتھ سے رسول اللہ ﷺ کی طرف اشارہ کیا اور عرض کیا: یارسول اللہ ﷺ! کچھ لوگ ایسے ہوں گے جو نہ انبیاء ہوں گے اور نہ شہداء، انبیاء اور شہداء ان کے بیٹھنے کے خاص مقام اور ان کے اللہ تعالیٰ سے خاص قرب اور تعلق کی وجہ سے ان پر رشک کریں گے۔ آپ ان کا حال بیان فرمادیجئے یعنی ان کی صفات بیان فرمادیجئے۔ اس دیہاتی کے سوال سے رسول اللہ ﷺ کے چہرہ مبارک پر خوشی کے آثار ظاہر ہوئے۔ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: یہ غیر معروف افراد اور مختلف قبیلوں کے لوگ ہوں گے جن میں باہمی کوئی ایسی رشتہ داریاں بھی نہیں ہوں گی کہ جس کی وجہ سے وہ ایک دوسرے سے قریب ہوں، انہوں نے اللہ تعالیٰ کی رضا و خوشنودی کیلئے ایک دوسرے سے خالص و سچی محبت کی ہوگی۔ اللہ تعالیٰ قیامت کے دن ان کیلئے نور کے منبر رکھیں گے جن پر ان کو بٹھائیں گے پھر اللہ تعالیٰ ان کے چہروں اور کپڑوں کو نور والا بنادیں گے۔ قیامت کے دن جب عام لوگ گھبرا رہے ہوں گے ان پر کسی قسم کی گھبراہٹ نہ ہوگی‘ وہ اللہ تعالیٰ کے دوست ہیں ان پر نہ کوئی خوف ہوگا اور نہ ہی وہ غمگین ہوں گے۔ (مسند احمد)

ایڈیٹر کے قلم سے



جو میں نے دیکھا سنا اور سوچا

45 سالہ کنواری لڑکی کی ماں باپ سے فریاد

گزشتہ دنوں مرحوم تجمل الٰہی شمسی صاحب کی نواسیوں کی شادی کی تقریب میں جانا ہوا‘ ٹیبل پر کھانے کی میز پر ایک جہاں دیدہ شخص بیٹھے ہوئے تھے باتوں ہی باتوں میں میرا تعارف ہوا تو ان کے گھر عبقری بہت ذوق و شوق سے پڑھا جاتا تھا‘ موصوف چند ماہ پہلے رنڈوے ہوئے تھے۔ بیوی کے وصال کے بعد احباب اور رشتہ داروں کا تقاضا ہے کہ آپ سنت پوری کرتے ہوئے فوراً شادی کرلیں۔ قریب بیٹھے ایک صاحب نے ازراہ مذاق کہا حکیم صاحب آپ ہی انہیں کہہ دیجئے یہ شادی کیلئے تیار نہیں ہیں۔ ان کی بات سن کر ان کے ماتھے پر بل آگئے اور کہنے لگے ایک ہمارا دور تھا آج میں ساٹھ سال سے اوپر ہوگیا ہوں کہ جب بیٹی کی بلوغت کے بعد اس کی صرف اور صرف شادی کا فکر ہوتا تھا‘ جانچ پرکھ کی جاتی تھی لیکن جو آج کی جانچ پرکھ ہے وہ اصل ذریعہ ہے جس کی وجہ سے شادی میں تاخیر ہوتی ہے موصوف ایک لمبا سانس لے کر مزید کہنے لگے کہ بیوی کے وصال کے بعد احباب کے تقاضا نے مجھے شادی کیلئے مجبور کیا‘ میں تو ایک بات پر حیران ہوا کہ جن رشتوں کو ہم دیکھتے ہیں چالیس سے پینتالیس سال کی خواتین کنواری عام طور پر مل رہی ہیں۔ مجھے افسوس بھی ہوا اور حیرت بھی تو پتہ چلا کہ شادی کی تاخیر کی بنیاد معیار اور پرسنیلٹی ہے۔ اور وہ پرسنیلٹی کیا ہے؟ کہ خود مجھے ایک پینتالیس سال کی کنواری لڑکی کیلئے جب رشتہ کی بات چلی تو ان کی ڈیمانڈ ستر لاکھ کی پراڈو گاڑی‘ فلاں چیزیں‘ اتنا بڑا گھر وغیرہ۔ جو خواتین دیکھنے گئی تھیں ان کا تبصرہ یہ تھا کہ لڑکی کی آنکھوں میں آنسو تیر رہے تھے اور وہ حیرت سے ماں باپ کا منہ دیکھ رہی تھی۔ یعنی اس کے دل کی آواز تھی اور وہ والدین کو حال دل سے پکار رہی تھی کہ میرے ساتھ پینتالیس سال تک تو زیادتی کرچکے ہیں اب تو مزید زیادتی نہ کریں۔ اب تو میں بظاہر اولاد پیدا کرنے کے قابل ہی نہیں رہی مجھے اماں کون کہے گا اب تو میں ہی اماں ابا کہہ رہی ہوں۔ موصوف اپنی بات کرتے کرتے غصے میں آگئے اور کہنے لگے جن کے گھر میں ایک کمرہ ہے اور تین وقت کی روٹی بمشکل ہے ان کی ڈیمانڈ بھی اتنی زیادہ ہے عقل دنگ رہ جاتی ہے۔ چلو میں تو بوڑھا ہوں لیکن یہ سب کچھ جوانوں کیلئے ہورہا ہے اور مجھے کہنے لگے کہ حکیم صاحب آپ مجھے شادی کا نہ کہیے گا اللہ بخشے میری بیوی بس اس نے میرے ساتھ جو اچھا سلوک‘ اچھی زندگی گزاری وہ اتنی شاندار ہے کہ مجھے یہ ڈیمانڈیں اور ڈیمانڈوں کے بعد پھر ایک اور انجام نظر آتا ہے جن کی نظر پہلے دن دولت مال گاڑیاں‘ کوٹھیاں‘ جائیداد پر ہے ابتدا ہی خراب ہوئی ہے انتہا کا کیا ہوگا؟ پھر اپنے نانا مرحوم کے بارے میں فرمانے لگے کہ وہ بہت عقلمند اور جہاں دیدہ انسان تھے اور بنیے تھے میں چونک پڑا میں نے کہا بنیے تو ہندو کو کہتے ہیں کہنے لگے نہیں اصل میں جو صابن آٹا گھی چاول کا کام کرتا ہے بنیا اس کو کہتے ہیں۔ ایک دن ہمارے گھر تشریف لائے پندرہ بیس سال سے ایک صاحب ہمارے ہاں دروازے پر سبزی دینے آتے تھے‘ سبزی کی ریڑھی تھی وہ گلی گلی اسی پر سبزی بیچتے تھے ایک دن وہ صاحب ہمیں سبزی دینے آئے‘ نانا مرحوم بیٹھے تھے دیکھ کر کہنے لگے اس نے سبزی کم تولی ہے‘ ہم حیران ہوئے کہ پندرہ بیس سال سے ان سے سبزی لے رہے بہت اچھے انسان ہیں۔ کہنے لگے میں تجربہ کرکے بتاتا ہوں ان سے سبزی تولائی تو انہوں نے ایسے صفائی سے ڈنڈی ماری کہ ہم حیران ہوگئے اور ان پندرہ بیس سالوں میں ہم انہیں بالکل پرکھ نہ سکے۔ دوسری بات نانا کی یہ بتائی کہ نانا مرحوم نے فرمایا عورت کا خصم اس کا شوہر ہے اور شوہر کا خصم اس کا کاروبار ہے یعنی عورت اگر اپنے شوہر کی نہیں تو پھر کسی چیز کی بھی نہیں اور کسی قابل نہیں اور مرد اگر کاروبار کا نہیں تو پھر اس کو شوہر کہلوانے کا حق نہیں۔ میرے نانا نے اپنے تجربات میں تیسری بات یہ بتائی کہ سب سوٹوں (کپڑوں) پر نمبر لکھ کر رکھیں۔ مثلاً ہر سوٹ پر نمبر لگ ہو‘ قمیص پر نمبر ایک‘ بنیان پر بھی ایک نمبر ہو‘ شلوار پر بھی ایک نمبر ہو۔ اس طرح کبھی کپڑے گم نہیں ہوتے۔ قارئین! بڑوں کے تجربات اور مشاہدات میں کوئی نہ کوئی حکمت ضرور ہوتی ہے۔ آپ بھی آزمائیں اور استفادہ حاصل کریں۔

ہفتہ وار درس سے اقتباس

شیخ الوظائف حضرت حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی دامت برکاتہم العالیہ

درس روحانیت و امن

حلال کمائیں، چین کی نیند پائیں

اللہ سے باتیں کرنا سیکھ لیں!: اللہ والو! اللہ سے باتیں کرنا سیکھ لیں، اللہ سے راز و نیاز کرنا سیکھ لیں! چلتے چلتے باتیں کریں! سوتے سوتے باتیں کریں! جاگتے جاگتے باتیں کریں! اٹھیں تو باتیں کریں! ارے پاکی میں ہیں تو باتیں کریں! ناپاکی میں ہیں تو باتیں کریں! وضو میں ہیں تو باتیں کریں! بے وضو ہیں تو باتیں کریں! اس کریم کے ساتھ راز و نیاز کریں! اس کریم کے ساتھ باتیں کریں! اس کو اپنے دکھڑے سنائیں! اللہ جل شانہ سے باتیں کریں! نہیں آتیں تب بھی کریں! بولنا نہیں آتا تب بھی بولیں! ایک وقت آئے گا کہ آپ کو بولنا آجائے گا! ایک وقت آئے گا آپ کو کرنا آجائے گا! پھر ایک وقت آئے گا کہ صرف ایک مس کال پر آپ کے سارے کام ہو جائیں گے! جیسے اس اللہ کے بندے نے ایک طرف کھڑے ہو کر صرف مس کال دی تھی کہ اس کا کام ہو گیا۔ لیکن اس کا کام تب ہوا جب نیت ٹھیک کرلی تھی، اس نے فیصلہ کرلیا تھا کہ اس نے حلال کھانا ہے۔ کوئی بات نہیں اگر میرے بچے معیاری سکولوں سے، قیمتی لباسوں سے، بہترین گاڑیوں سے، عمدہ چیزوں سے اور پرتکلف آسائشوں سے محروم ہیں کوئی بات نہیں اگر میں زندگی کی اعلیٰ آسائشوں اور اعلیٰ چیزوں سے محروم رہوں! کوئی حرج ہی نہیں۔

اللہ! شفاء دینے والی اور شفاء لینے والی ذات: گزشتہ دنوں کی بات ہے میں ایک مریض کے پاس اس کی عیادت کیلئے گیا۔ تقریباً 33,32 کلو اس کا وزن رہ گیا تھا۔ میں نے جاتے ہی ان کو ترغیب دی کہ آپ بیمار ہیں آپ کی دعا قبول ہوگی، لہٰذا آپ دعا کریں۔ اس اللہ کے بندے نے عشاء کے وقت ایسی دعا کی۔ اس کے ہاتھ اوپر جاتے اور پھر نیچے آتے تھے۔ اس کی دعائیں اس کے دل کی کیفیتوں سے نکل رہی تھیں اور وہ کیفیات مجھے سمجھ نہیں آرہی تھیں۔ جانے وہ دل ہی دل میں اللہ سے کیا مانگ رہا تھا؟ وہ مریض جو بستر مرگ پر ہے جس کو کینسر کی وجہ سے سارے جہان نے لاعلاج قرار دیا ہے۔ شفاء دینے والا تو وہ کریم ہے، بظاہر بس انتظار ہو رہا ہے۔ میں بھی دعا مانگ رہا تھا، وہ بھی دعا مانگ رہا تھا، مریض اور میں دونوں ایک ساتھ آمین کہہ رہے تھے۔ کافی دیر دعا مانگی۔ اس کی آنکھوں سے ہی نہیں بلکہ اس کے دل سے بھی آنسو بہہ رہے تھے اور میں یہ محسوس کر رہا تھا کہ کریم کی کریمی ایسے عرش الٰہی سے برس پڑی ہے اور میں دل میں کہہ رہا تھا: ''الٰہی اس کو عاجز تو نے کیا ہے! یہ تو صحت مند تھا! اللہ اس کو مریض تو نے بنایا ہے! یہ تو چلتا پھرتا تھا! میرے پاس بھی آتا تھا! اے اللہ! یہ ہڈیوں کا ڈھانچہ بن گیا! اس کے جسم کی ساری طاقتیں ساری قوتیں تو نے لے لیں! دی ہوئی بھی تیری تھیں۔ الٰہی! تو خود تو فرماتا ہے اپنے حبیب سرور کونین ﷺ کے ذریعے سے کہ جب میرا بندہ مریض ہوتا ہے اور میرے سامنے عاجز اور بے بس ہوتا ہے، اور اس حال میں جب وہ مجھ سے سوال کرتا ہے تو میں اس کا سوال رد نہیں کرتا۔ الٰہی! آج اس کے سوال کو رد نہ کر۔ اس شخص نے دعا کے بعد ہاتھ منہ پر پھیرے۔ ہاتھ منہ پر پھیرنے کے بعد بڑی دیر تک وہ انہیں کیفیتوں میں ڈوبا رہا۔ وہ شخص آنسوؤں میں ڈوبا رہا۔ پھر اس نے اپنے رومال سے اپنے آنسو پونچھے اور میں نے ان سے اجازت چاہی اور واپس آیا تب میں نے سوچا! آج کی عبادت تو مجھے نفع دے گئی۔

تو ہو کسی بھی حال میں، مولا سے لو لگائے جا: اللہ والو! اللہ سے مانگنا سیکھو۔ اس کے در پر محتاج بن جاؤ، اس کے غلام بن جاؤ، اس کے در کے فقیر بن جاؤ۔ ساعتیں مانگنے کی آگئی ہیں۔ گھڑیاں مانگنے کی چل پڑی ہیں۔ اس کریم سے مانگنا سیکھو۔ وہ تو تھوڑے سے مانگنے پر بھی بہت عطا کر دیتا ہے۔ بڑا کریم ہے! بڑا رحیم ہے! یوں اپنی نیت کو سنوارو! یوں اپنے جذبے کو سنوارو! اپنے اندر دیانتداری اور سچائی کا جذبہ پیدا کرو۔ آخر ایک دن کریم کی رحمت برس پڑتی ہے اور پھر اس کی عطائیں بندوں پر ایسے آتی ہیں کہ ہم اور آپ سوچ بھی نہیں سکتے۔ اس سے مانگنا سیکھیں۔

حلال کمائیں، چین کی نیند پائیں: حلال کے راستوں کی طرف بڑھیں۔ حلال سے نسلیں پلتی ہیں۔ حلال سے چین آتا ہے۔ حلال سے سکون آتا ہے۔ کراچی کے ایک تاجر نے مجھے سامان دکھایا میں نے پوچھا جناب یہ ایک نمبر ہے یا دو نمبر ہے؟ میرے ہاتھ سے وہ چیز واپس لے کر وہ کہنے لگا ''بھیا میں نے رات کو چین سے سونا ہے، یہ ایک نمبر ہے۔ اتنے سے لفظ اس نے کہے'' میں نے رات کو چین سے سونا ہے، یہ ایک نمبر ہے۔''

زندگی کے خوش قسمت ساتھی: زندگی میں اللہ نے ایک موقع دیا ہے اپنی آمدنی کا خیال رکھیں کہ ان نسلوں کو کیا کھلا کر جا رہے ہیں؟ ان نسلوں کو کیسے پال رہے ہیں؟ کتنی خوش قسمت بیوی ہے جو حلال کا تقاضا کرے، شوہر کی ساتھی بن جائے اور وہ دونوں حلال کے راستوں پر چل پڑیں۔ کتنا خوش نصیب شوہر ہے جو حلال کی کمائی لا کر اپنی بیوی کا ساتھی بن جائے اور وہ دونوں حلال کے راستوں پر چل پڑیں۔ کتنا خوش قسمت بھائی ہے جو حلال کمائی گھر لا کر بہن کا ساتھی بن جائے۔ کتنی خوش قسمت بہن ہے جو اپنے بھائی کو حلال کمانے کی ترغیب دے کر اپنے بھائی کی ساتھی بن جائے۔ اللہ والو! آج ہمیں موقع ملا ہے۔ کسی کو مال پر بٹھایا، کسی کو خزانے پر بٹھایا، کسی کو جنس پر بٹھایا، کسی کو کسی اور چیز پر بٹھایا۔

کامیاب کون ہے؟: اب یہ دیکھیں کہ یہاں کون ان مواقع سے فائدہ اٹھا کر اللہ کے ساتھ اپنے معاملات کو حلال کر رہا ہے۔ دیانت و امانت کا معاملہ کر رہا ہے، سچائی اور صداقت کا معاملہ کر رہا ہے جو بھی یہ سب کر رہا ہے بس وہ کامیاب ہو گیا۔ بچہ فاقوں سے بلک رہا ہے مگر اس نے حلال روزگار کیا تو یہ کامیاب ہو گیا۔ اس کے بچے کے ہر رونے پر عرش الٰہی سے اللہ کی رحمتیں اتر رہیں۔ اگرچہ اس کی ضرورتیں پوری نہیں ہو رہی ہیں لیکن اس نے حلال روزگار کرنے کا طے کر رکھا ہے۔ اس نے حرام کا طے نہیں کیا ہوا اس نے اپنے اقتدار کا غلط استعمال نہیں کیا۔ (جاری ہے)

درس سے فیض پانے والے

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! میں پچھلے دو سال سے مسلسل آپ کے درس سنتی آرہی ہوں۔ اس عرصہ میں دو مرتبہ آپ سے ملاقات کا شرف بھی حاصل ہوا۔ میں ایک ملازمت پیشہ خاتون ہوں، میری زندگی میں بہت زیادہ دکھ تھے، گھر کے سارے بوجھ میرے اوپر اور میں اکیلی کرنے والی تھی، کوئی ساتھ دینے والا نہیں تھا۔ آپ کے درس میں مسلسل آنے سے میری زندگی کا سب سے بڑا مسئلہ حل ہو گیا۔ میرا بیٹا کام بالکل نہیں کرتا تھا، درس میں آکر رو رو کر دعائیں مانگنے کی برکت سے میرے بیٹے نے کام کرنا شروع کر دیا ہے۔ اس سے پہلے بالکل بھی کہنے میں نہیں تھا، دبئی بھی گیا مگر کامیابی حاصل نہیں ہوئی، باقی دو بیٹے بھی کام کرتے تھے مگر نمازی نہ تھے۔ ایک بیٹا میرے ساتھ درس میں آنا شروع ہوا **(باقی صفحہ نمبر 7 پر)**

دانت درد ٹھیک: پینگ کو انجیر اور زوفا کے ساتھ جوش دے کر غرارے کرنے سے دانت کا درد ٹھیک ہوتا ہے۔ لاجواب آزمودہ ٹوٹکہ ہے۔

عاشق رسولؐ کی چادر نے آتش فشاں ٹھنڈا کر دیا

ابولبیب شاذلی

جب میں نے بارگاہ رسالت میں عجیب کرامت کا تذکرہ کیا تو حضور اقدس ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ اے ابوذر اللہ تعالیٰ کے کچھ فرشتے ایسے بھی ہیں جو زمین میں سیر کرتے رہتے ہیں۔ اللہ تعالیٰ نے ان فرشتوں کی بھی ڈیوٹی فرمادی ہے کہ وہ میری آل کی امداد و اعانت کرتے رہیں۔

کھانے میں عظیم برکت: حضرت عبدالرحمٰن بن ابوبکر صدیق رضی اللہ تعالیٰ عنہما کا بیان ہے کہ ایک مرتبہ حضرت ابوبکر صدیق رضی اللہ تعالیٰ عنہ بارگاہ رسالت کے تین مہمانوں کو اپنے گھر لائے اور خود حضور اکرم ﷺ کی خدمت اقدس میں حاضر ہوگئے اور گفتگو میں مصروف رہے یہاں تک کہ رات کا کھانا آپ رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے دسترخوان نبوت ﷺ پر کھالیا اور بہت زیادہ دیر گزر جانے کے بعد مکان پر واپس تشریف لائے۔ ان کی بیوی نے عرض کیا کہ آپ رضی اللہ تعالیٰ عنہ اپنے گھر پر مہمانوں کو بلا کر کہاں غائب رہے؟ حضرت صدیق اکبر رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے فرمایا کہ کیا اب تک تم نے مہمانوں کو کھانا نہیں کھلایا؟ بیوی صاحبہ نے کہا کہ میں نے کھانا پیش کیا مگر ان لوگوں نے صاحب خانہ کی غیر موجودگی میں کھانا کھانے سے انکار کردیا۔ یہ سن کر آپ اپنے صاحبزادے حضرت عبدالرحمٰن رضی اللہ تعالیٰ عنہ پر بہت زیادہ خفا ہوئے اور وہ خوف و دہشت کی وجہ سے چھپ گئے اور آپ رضی اللہ تعالیٰ عنہ کے سامنے نہیں آئے پھر جب آپ رضی اللہ تعالیٰ عنہ کا غصہ فرو ہوگیا تو آپ مہمانوں کے ساتھ کھانے کیلئے بیٹھ گئے اور سب مہمانوں نے خوب شکم سیر ہوکر کھانا کھالیا۔ ان مہمانوں کا بیان ہے کہ جب ہم کھانے کے برتن میں سے لقمہ اٹھاتے تھے تو جتنا کھانا ہاتھ میں آتا تھا اس سے کہیں زیادہ کھانا برتن میں نیچے سے ابھر کر بڑھ جاتا تھا اور جب ہم کھانے سے فارغ ہوئے تو کھانا بجائے کم ہونے کے برتن میں پہلے سے زیادہ ہوگیا۔ حضرت صدیق اکبر رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے متعجب ہوکر اپنی بیوی صاحبہ سے فرمایا کہ یہ کیا معاملہ ہے کہ برتن میں کھانا پہلے سے کچھ زائد نظر آتا ہے۔ بیوی صاحبہ نے قسم کھا کر کہا واقعی یہ کھانا تو پہلے سے تین گنا بڑھ گیا ہے پھر آپ رضی اللہ تعالیٰ عنہ اس کھانے کو اٹھا کر بارگاہ رسالت ﷺ میں لے گئے جب صبح ہوئی تو ناگہاں مہمانوں کا ایک قافلہ دربار رسالت ﷺ میں اترا جس میں بارہ قبیلوں کے بارہ سردار تھے اور ہر سردار کے ساتھ بہت سے دوسرے شتر سوار بھی تھے۔ ان سب لوگوں نے یہی کھانا کھایا اور قافلہ کے تمام سردار اور تمام مہمانوں کا گروہ اس کھانے کو شکم سیر کھا کر آسودہ ہوگیا لیکن پھر بھی اس برتن میں کھانا ختم نہیں ہوا۔ (بخاری شریف ج1 ص506 مختصراً)

فرشتوں نے چکی چلائی: حضرت ابوذر غفاری رضی اللہ تعالیٰ عنہ کا بیان ہے کہ حضور اقدس ﷺ نے مجھے حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ کو بلانے کیلئے ان کے مکان پر بھیجا تو میں نے وہاں یہ دیکھا کہ ان کے گھر میں چکی بغیر کسی چلانے والے کے خود بخود چل رہی ہے جب میں نے بارگاہ رسالت میں عجیب کرامت کا تذکرہ کیا تو حضور اقدس ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ اے ابوذر اللہ تعالیٰ کے کچھ فرشتے ایسے بھی ہیں جو زمین میں سیر کرتے رہتے ہیں۔ اللہ تعالیٰ نے ان فرشتوں کی بھی ڈیوٹی فرمادی ہے کہ وہ میری آل کی امداد و اعانت کرتے رہیں۔ **(ازالۃ الخفاء مقصد 2 ص273)**

قبر والوں سے گفتگو: امیر المومنین حضرت عمر فاروق رضی اللہ تعالیٰ عنہ ایک مرتبہ ایک نوجوان صالح کی قبر پر تشریف لے گئے اور فرمایا کہ اے فلاں! اللہ تعالیٰ نے وعدہ فرمایا ہے کہ **ولمن خاف مقام ربه جنتان** (یعنی جو شخص اپنے رب کے حضور کھڑے ہونے سے ڈر گیا اس کیلئے دو جنتیں ہیں) اے نوجوان! بتا تیرا قبر میں کیا حال ہے؟ اس نوجوان صالح نے قبر کے اندر سے آپ رضی اللہ تعالیٰ عنہ کا نام لے کر پکارا اور بآواز بلند دو مرتبہ جواب دیا کہ میرے رب نے یہ دونوں جنتیں مجھے عطا فرمادی ہیں۔ **(حجۃ اللہ علی العالمین ج2 ص860 بحوالہ حاکم)**

مدینہ کی آواز نہاوند تک: امیر المومنین حضرت فاروق اعظم رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے حضرت ساریہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ کو ایک لشکر کا سپہ سالار بنا کر نہاوند کی سرزمین میں جہاد کیلئے روانہ فرمادیا۔ آپ رضی اللہ تعالیٰ عنہ جہاد میں مصروف تھے کہ ایک دن حضرت عمر رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے مسجد نبوی ﷺ کے منبر پر خطبہ پڑھتے ہوئے ناگہاں یہ ارشاد فرمایا کہ یاساریۃ الجبل (یعنی اے ساریہ! پہاڑ کی طرف اپنی پیٹھ کرلو) حاضرین مسجد حیران رہ گئے کہ حضرت ساریہ تو سرزمین نہاوند میں مصروف جہاد ہیں اور مدینہ منورہ سے سینکڑوں میل کی دوری پر ہیں۔ آج امیر المومنین نے انہیں کیونکر اور کیسے پکارا؟ لیکن نہاوند سے جب حضرت ساریہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ کا قاصد آیا تو اس نے یہ خبر دی کہ میدان جنگ میں جب کفار سے مقابلہ ہوا تو ہم کو شکست ہونے لگی۔ اتنے میں ناگہاں ایک چیخنے والے کی آواز آئی جو چلا چلا کر یہ کہہ رہا تھا کہ اے ساریہ! تم پہاڑ کی طرف اپنی پیٹھ کرلو۔ حضرت ساریہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے فرمایا کہ یہ تو امیر المومنین حضرت فاروق اعظم رضی اللہ تعالیٰ عنہ کی آواز ہے۔ یہ کہا اور فوراً ہی انہوں نے اپنے لشکر کو پہاڑ کی طرف پشت کر کے صف بندی کا حکم دیا اور اس کے بعد جو ہمارے لشکر کی کفار سے ٹکر ہوئی تو اچانک جنگ کا پانسہ ہی پلٹ گیا اور چشم زدن میں اسلامی لشکر نے کفار کی فوجوں کو روند ڈالا اور عساکر اسلامیہ کے قاہرانہ حملوں کی تاب نہ لا کر کفار کا لشکر میدان جنگ چھوڑ کر بھاگ نکلا اور افواج اسلام نے فتح مبین کا پرچم لہرادیا۔ **(مشکوٰۃ باب الکرامات ص546، حجۃ اللہ ج2 ص860، تاریخ الخلفاء ص85)**

چادر دیکھ کر آگ بجھ گئی: روایت میں ہے کہ حضرت عمر فاروق رضی اللہ تعالیٰ عنہ کی خلافت کے دور میں ایک مرتبہ ناگہاں ایک پہاڑ کے غار سے ایک بہت ہی خطرناک آگ نمودار ہوئی جس نے آس پاس کی تمام چیزوں کو جلا کر راکھ کا ڈھیر بنادیا جب لوگوں نے دربار خلافت میں فریاد کی تو امیر المومنین نے حضرت تمیم داری رضی اللہ تعالیٰ عنہ کو اپنی چادر مبارک عطا فرمائی اور ارشاد فرمایا کہ تم میری یہ چادر لے کر آگ کے پاس چلے جاؤ۔ چنانچہ حضرت تمیم داری رضی اللہ تعالیٰ عنہ اس مقدس چادر کو لے کر روانہ ہوگئے اور جیسے ہی آگ کے قریب پہنچے یکایک وہ آگ بجھنے اور پیچھے ہٹنے لگی یہاں تک کہ وہ غار کے اندر چلی گئی اور جب یہ چادر لے کر غار کے اندر داخل ہوگئے تو وہ آگ بالکل ہی بجھ گئی اور پھر کبھی بھی ظاہر نہیں ہوئی۔ **(ازالۃ الخفاء مقصد 2 ص172)**

ایک درود، سات برکتیں! ابھی پڑھیں! ابھی کریں

یہ درود سلسلہ قادریہ کے معمولات میں سے ہے، جو شخص روزانہ پڑھتا ہے اس کو سات نعمتیں حاصل ہوتی ہیں۔ 1۔ رزق میں برکت۔ 2۔ تمام کام آسان۔ 3۔ نزع کے وقت کلمہ نصیب۔ 4۔ جان کنی کی سختی سے حفاظت۔ 5۔ قبر میں وسعت۔ 6۔ کسی کی محتاجی نہ ہو۔ 7۔ مخلوق خدا کا دلدادہ ہو۔ اس کے علاوہ حضور نبی کریم ﷺ کی زیارت کیلئے مجرب ہے۔ درود پاک یہ ہے:۔ اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰى سَيِّدِنَا وَمَوْلَانَا مُحَمَّدٍ مَعْدَنِ الْجُوْدِ وَالْكَرَمِ وَاٰلِهٖ وَبَارِكْ وَسَلِّمْ۔ (بشیر احمد رانا، اسلام آباد)

بیماری سے شفاء: اسم یارحمٰنُ کے ذکر میں اللہ تعالیٰ نے شفاء رکھی ہے۔اگر کسی بیمار کو یہی اسم پانچ دن کے اندر 41ہزار مرتبہ پڑھ کر پانی دم کر کے پلائیں ان شاء اللہ تعالیٰ صحت یاب کر دے گا۔

ام میمونہ، فیصل آباد

باغیانہ طبیعت کے بچوں کو سلجھانے کے اصول

حالیہ دور میں بچوں کی نشوونما کے بارے میں بہت کچھ معلوم کیا جا چکا ہے والدین بہتر جانتے ہیں کہ بچے کیسے سیکھتے ہیں اور کس طرح بچپن کے احساسات و خیالات، مستقبل کی خواہشات اور رجحانات پر اثر انداز ہوتے ہیں۔

بچوں کی تربیت کے حوالے سے بدلتے نظریات نے سمجھ دار والدین کو عجیب مغالطے میں ڈال دیا ہے۔گزشتہ صدی کے آغاز تک یہ نظریہ رائج تھا کہ طاقت استعمال نہ کرنے سے بچے کی تربیت میں خرابیاں پیدا ہو جاتی ہیں۔دوسرے الفاظ میں گھر کے سربراہ کی تابع داری اور اس کے حکم کی تعمیل لازم تھی۔بچوں کی کسی غلطی پر عذر سنا نہیں جاتا بلکہ سزا ہی دی جاتی تھی۔ بچے بہت کم وقت گھر پر والدین کے ساتھ گزارتے تھے۔امیر گھرانوں میں بچے آیاؤں اور نوکروں کے رحم و کرم پر ہوتے تھے جبکہ غریب گھرانوں کے بچے جسمانی سرگرمیوں میں یا گھر سے باہر کھیتوں وغیرہ میں کھیل کود میں مصروف رہتے تھے۔آج کل بچے زیادہ تر وقت والدین کی قربت میں گزارتے ہیں۔اس لئے بچوں میں نظم و ضبط کا معاملہ زیادہ اہمیت اختیار کر گیا ہے۔

حالیہ دور میں بچوں کی نشوونما کے بارے میں بہت کچھ معلوم کیا جا چکا ہے والدین بہتر جانتے ہیں کہ بچے کیسے سیکھتے ہیں اور کس طرح بچپن کے احساسات و خیالات، مستقبل کی خواہشات اور رجحانات پر اثر انداز ہوتے ہیں۔ یہ جاننے کے بعد اب والدین پریشان ہیں کہ اچھی تربیت کیلئے صحیح طور پر عمل کیونکر اور کیسے اختیار کیا جائے؟ بچوں کی نشوونما کے حوالے سے مختلف فلسفے، بہت زیادہ نظم و ضبط سے لے کر بہت کم نظم و ضبط تک۔اس سلسلے میں والدین کو تاکید کی گئی ہے کہ وہ اپنی Common sense استعمال کریں۔ بہت زیادہ نظم و ضبط بھی نقصان دہ ہے اور بہت کم بھی۔اس بات کے کئی شواہد موجود ہیں کہ جرائم پیشہ افراد کا تعلق ایسے گھرانوں سے ہوتا ہے جہاں بچے شفقت و محبت سے محروم رہتے ہیں۔ان کو مارا پیٹا جاتا ہے اور بات بات پر سزا دے کر غیر ذمہ دارانہ رویہ اختیار کیا جاتا ہے۔یہ سب کچھ نظم و ضبط کے نام پر کیا جاتا ہے اور جہاں معاملہ اس کے برعکس ہو وہاں بھی نتائج کچھ مختلف نہیں ہیں۔بدقسمتی سے پہلے طبقے سے مختلف دوسرے طبقے کے افراد بھی کچھ کم نہیں ہیں۔بچوں کے ساتھ بے جا لاڈ پیار کر کے ان کو خراب کرنے کے اثرات بلوغت کے بعد چڑچڑے پن، بے سکونی اور بے اطمینانی کی صورت میں ظاہر ہوتے ہیں۔

مذکورہ بالا دونوں راستوں کے بجائے درمیانی راستہ اختیار کرنا اتنا آسان کام نہیں ہے لیکن بااصول اور مستقل مزاج والدین اپنے اور بچوں کے درمیان باہمی اعتماد اور عزت و احترام کی فضا پیدا کر کے اس کوشش کا آغاز کر سکتے ہیں اس قسم کی فضا میں بچہ پورے گھر پر حکمرانی کر سکتا ہے اور نہ ہی والدین بچے کے خلاف محاذ بنا سکتے ہیں بلکہ بچے کی معصوم خواہشات کا احترام کیا جاتا ہے جس طرح ماں بچے کی زندگی کے ابتدائی ایام میں خود کو بچے کی ضروریات کے مطابق ڈھال لیتی ہے، بچہ بھی خود کو ماں کی توقعات کے مطابق خود کو ڈھالنا سیکھ لیتا ہے۔ جیسے جیسے وہ بڑا ہوتا جاتا ہے وہ اپنے جذبات پر قابو رکھنا سیکھ جاتا ہے، صابر و شاکر ہو جاتا ہے، عادات و اطوار کا مطلب جاننا شروع کر دیتا ہے، ایسے میں وہ بتدریج نظم و ضبط کا عادی ہو جاتا ہے۔ان ابتدائی سالوں میں والدین کو مستقل مزاج ہونا چاہیے۔وہ باہمی رضامندی کے ساتھ اس معیار کا تعین کر لیں جو وہ اپنے گھر میں رائج کرنا چاہتے ہیں۔اگر ایک فریق بہت ہی رحم دل، نرم مزاج اور دوسرا بہت سخت مزاج ہو تو اپنے ماحول میں ایک منتشر مزاج اور شریر قسم کا بچہ ہی حاصل ہو سکتا ہے۔ایسے میں والدین اپنے بچے کو شرارتی اور برے بچے کے القابات سے نوازتے ہیں یا پھر کہتے ہیں کہ ''ہمیں سمجھ نہیں آتی کہ اس بچے کے ساتھ کیا کریں''۔اصل میں بچہ خود بھی نہیں جانتا کہ وہ اپنے ساتھ کیا کرے۔بعض اوقات تھوڑی سی سمجھ داری اور سمجھ بوجھ سے نظم و ضبط کا معیار بہترین انداز میں مقرر کیا جا سکتا ہے۔مثال کے طور پر ناپسندیدگی کے جذبات کا اظہار بہت ابتدائی عمر میں ہی شروع ہو جاتا ہے۔درحقیقت بچہ یہ نہیں جانتا کہ وہ اپنے جذبات کا اظہار کس طرح کرے۔ بچے کی یہ مشکل آہستہ آہستہ آسان بنائی جا سکتی ہے کہ اسے یہ سمجھنے اور سیکھنے میں مدد دی جائے کہ اس کے والدین اس سے امید کرتے ہیں کہ وہ اپنے جذبات کا اظہار غلط رویے سے نہیں کریگا۔ مارنا، بدمزاجی یا چڑچڑاپن، باغیانہ طبیعت کی علامت ہیں۔ایسی صورت میں بچے کی عمر اور ذہنی سطح کے مطابق اس کو مناسب طریقے سے Deal کیا جائے۔

چھوٹے بچے میں عداوتی احساسات کا ہونا اکثر اس کو تباہی تک لے جاتا ہے۔اس کا حل یہ ہے کہ اس کو کچھ ایسے کھلونے اور غبارے دیئے جائیں جن کو توڑ پھوڑ کر کے وہ اپنے اندر کی بھڑاس نکال سکے۔اگر وہ اپنے اور دوسروں کے کھلونے غلطی سے توڑ دیتا ہے تو اس کو سرزنش دیں اور اگر سزا دینا ضروری ہو تو یہ سزا بلا توقف اور جرم سے مطابقت رکھنے والی ہوتا کہ بچہ اپنی غلطی کو سمجھ سکے اور حقیقت جان سکے کہ اس کا اس قسم کا رویہ برداشت نہیں کیا جائے گا۔سزا نہ جسمانی ہو اور نہ ہی طویل۔والدین کو ایک اور بڑے مسئلے کا سامنا ہوتا ہے اور وہ سوال کرتے ہیں کہ ''ہمیں بچے کے ساتھ کس حد تک بحث کرنی چاہیے یا دلائل کے ذریعے اپنی بات سمجھانی چاہیے؟'' اس کا جواب بچے کی عمر، مزاج اور عام گھریلو ماحول پر منحصر ہوتا ہے۔بہت چھوٹی عمر میں بچے کو ''نہیں'' کہنے کی عادت ہوتی ہے۔ان کی عمر بحث مباحثے کیلئے بہت کم ہوتی ہے، اس لئے اس سے گریز ہی بہتر ہے۔کسی بھی حکم کے لئے سادہ سی وجہ بیان کی جا سکتی ہے لیکن والدین کو یہ بھی خیال رکھنا چاہیے کہ حکم یا احکامات کی نوعیت اسی طرح کی ہو کہ ان کی تعمیل ہو جائے۔ سخت پالیسی رکھنا لازمی ہے لیکن ساتھ ساتھ اس بات کا بھی خیال رکھنا چاہیے کہ بچے کی نشوونما کے اس مرحلے پر اس سے بہت زیادہ توقعات وابستہ نہ کی جائیں۔ والدین کو چاہیے کہ بچے کو کام سے آگاہ کریں اگر اس کو کوئی اعتراض ہوگا تو وہ فوراً بتا دے گا۔بچہ جوں جوں بڑا ہوتا جاتا ہے احکامات کو سمجھنے کی اس کی صلاحیت میں اضافہ ہوتا چلا جاتا ہے۔میرا خیال ہے کہ والدین میں سے کوئی بھی یہ پسند نہیں کرے گا کہ ان کا بچہ بغیر کسی پس و پیش کے اندھا دھند احکامات کی تعمیل کرنے والا ہو۔ان والدین کے بچے ان کا بہت احترام کرتے ہیں جو بچوں کے احساسات کو سمجھتے ہیں۔نئے نئے تجربات کی طرف ان کے رجحانات کی قدر کرتے ہیں۔اگر بچہ مناسب دلیل پیش کرے تو وہ اپنا کوئی بھی حکم واپس لینے کو تیار ہو جاتے ہیں۔ محض ڈسپلن کی خاطر بچے کی خواہشات اور رجحانات کا گلا گھونٹنا عقلمندی نہیں ہے۔

ٹراؤٹ مچھلی کو جاننے والے متوجہ ہوں!

محترم قارئین! ادارہ عبقری کو ٹراؤٹ مچھلی کے کانٹے چاہئیں جن احباب کے پاس ہوں وہ فوری طور پر دفتر ماہنامہ عبقری بھجوائیں۔یہ کانٹے اکثر کھانے والے یا شمالی علاقہ جات کے ہوٹلوں سے مل جاتے ہیں۔مخلصین ضرور توجہ کریں۔ اطلاع کیلئے اس نمبر پر صرف میسج کریں۔0343-8710009۔**نوٹ:** اگر کسی کے پاس اس کے فائدے ہوں تو ضرور لکھیں ادارہ آپ کا مشکور ہوگا۔

تین سورتیں، تین دن اور ہر مشکل حل

ہمارے سکول میں ایک امرود کا درخت ہے جس پر سے اکثر بچے امرود توڑتے ہیں تو چوکیدار نے وہاں ایک کتا باندھ دیا جو کسی کو بھی دیکھتا تو بھونکتا اور حملہ کرنے کی کوشش کرتا میں نے اس پر سورۂ فاتحہ پڑھ کر دم کی اور کہا میں امت محمدی ﷺ ہوں‘ آرام سے بیٹھ جاؤ۔

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! عبقری رسالہ میں پچھلے چند سالوں سے ہر ماہ باقاعدگی سے پڑھ رہی ہوں۔ اس میں موجود چھوٹے چھوٹے ٹپس بہت باکمال ہوتے ہیں۔ عبقری تو جیسے ہمارے گھر کا ڈاکٹر بھی ہے اور عامل بھی۔ اس ماہنامہ کی وجہ سے ہماری بہت سے پریشانیاں ومشکلات تو ایسے ٹھیک ہوئی ہیں جیسے کبھی تھی ہی نہیں۔ میں عبقری کے قارئین کے احسانات کو دیکھتے ہوئے اپنا ایک نہایت طاقتور آزمودہ عمل ان کی خدمت میں نذر کررہی ہوں۔ یقیناً اس عمل سے قارئین بھرپور فائدہ اٹھائیں گے۔ یہ ہمارا خاندانی عمل ہے‘ ہمارے گھرانے میں کوئی بھی مشکل ہو‘ چاہے وہ پیسوں کی ہو‘ رزق کی یا لڑکی کے رشتے کی‘ یا شادی کا مسئلہ‘ بچوں کے سکولز داخلے کا مسئلہ یا اچھے رزلٹ کیلئے ہر مشکل کا حل اس میں موجود ہے۔ ’’سورۂ یٰسین‘ سورۂ رحمٰن‘ سورۂ واقعہ‘‘ پانچ عورتیں مل کر تین تین بار ہر سورۂ کو پڑھیں اور آخر میں چار قل پڑھ کر سب ایک ہی مقصد کیلئے دعا کریں۔ اللہ کے حکم سے تین روز کرنے سے وہ مشکل حل ہوجائے گی اور اللہ کے حضور دعا قبول ہوگی۔ یہ عمل 12 بجے دوپہر سے پہلے یا عصر کے بعد کرنا ہے۔ قرآن پاک کی ان تین سورتوں کے پڑھنے سے ایسے ایسے کمالات ہوتے ہیں کہ دل میں عظمت قرآن کی دھاک بیٹھ جاتی ہے۔ یہ تین سورتیں ہماری لاتعداد کی آزمودہ ہیں۔ آپ بھی آزمائیں اور دعاؤں میں یاد رکھیں۔ (مسز سیدہ حنا اعظم گیلانی‘ لاہور)

ناپسند شخصیت‘ محفل اور جانور سے یقینی نجات

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! اپنے کچھ دعاؤں کے معجزانہ اثرات پر واقعات حاضر خدمت ہیں۔ بدترین پریشانیوں کیلئے لاجواب وظائف میں پڑھا کہ اگر کسی مجلس میں ناگوار شخص آجائے اور اس کا اٹھنا مطلوب ہو تو دل میں چند مرتبہ یہ آیت پڑھیں۔ تَذْرُوْهُ الرِّيٰحُ وَكَانَ اللّٰهُ عَلٰى كُلِّ شَيْءٍ مُّقْتَدِرًا ﴿کہف ۴۵﴾ یہ آیت میں اکثر ناگوار لوگوں پر آزماتی رہتی ہوں اور سو فیصد رزلٹ ملتا ہے۔ آٹھ اپریل کو ہمارے سکول کھلے‘ ہم نے سکول میں بچوں کو کتابیں وغیرہ دینی تھیں جس کمرے میں کتابیں تھیں جب اس کمرے کا دروازہ کھلا تو وہاں کافی بھڑ اکٹھی تھی میں نے دیکھا نہیں تھا جیسے ہی دروازہ کھولا بھڑ نے مجھے ہاتھ پر کاٹ لیا میں نے فوراً یہ آیت وَاِذَا بَطَشْتُمْ بَطَشْتُمْ جَبَّارِيْنَ مرتبہ پڑھ کر پھونک دی تو فوراً جلن اور درد ختم ہوگیا۔ کمرے میں بچے بھی موجود تھے میں نے سوچا کہ بھڑ بچوں کو نہ کاٹ لے۔ میرے ذہن میں فوراً یہ آیت آئی تَذْرُوْهُ الرِّيٰحُ وَكَانَ اللّٰهُ عَلٰى كُلِّ شَيْءٍ مُّقْتَدِرًا سوچا جب کسی انسان کو بھگایا جاسکتا ہے تو بھڑ کو کیوں نہیں‘ یہ آیت پڑھی اور بھڑوں پر دم کی سب کی سب تھوڑی دیر میں بھاگ گئیں‘ ابھی تک پھر کوئی بھڑ نظر نہیں آئی۔ ہمارے سکول میں ایک امرود کا درخت ہے جس پر سے اکثر بچے امرود توڑتے ہیں تو چوکیدار نے وہاں ایک کتا باندھ دیا جو کسی کو بھی دیکھتا تو بھونکتا اور حملہ کرنے کی کوشش کرتا‘ میں نے اس پر سورۂ فاتحہ پڑھ کر دم کی اور کہا میں امت محمدی ﷺ ہوں‘ آرام سے بیٹھ جاؤ۔ اس دن کے بعد وہ کتا بھونکنا بھول گیا‘ میں اس کے پاس جاکر کھڑی بھی ہوجاؤں تو کچھ نہیں کہتا بلکہ اپنی دم ہلاتا ہے اور بیٹھا رہتا ہے کوئی اور قریب جائے تو بھونکنا شروع کردیتا ہے۔ سب حیران ہوتے اور پوچھتے ہیں آپ نے کیا کردیا ہے اس پر۔ ایک دن چھٹی ہونے پر واپس گھر آرہی تھی‘ کوچ خالی تھی میرے علاوہ صرف تین لوگ اور تھے اور کوچ اتنی تیزی سے ڈرائیور چلا رہا تھا کہ مجھے خوف محسوس ہونے لگا‘ ذہن میں آیا تو میں نے یہ دعا بِسْمِ اللّٰهِ عَلٰى دِيْنِيْ وَنَفْسِيْ وَوَلَدِيْ وَاَهْلِيْ وَمَالِيْ پڑھنا شروع کردی اور پڑھ کر ڈرائیور پر دم کرتی گئی آیت پڑھنا تھی کہ گاڑی اپنی سپیڈ پر آگئی اور میں خیریت سے گھر پہنچ گئی۔ (مس نصرت بشیر‘ شکردرہ)

(بقیہ: درس سے فیض پانے والے)

تو اس نے نمازیں بھی پڑھنا شروع کردیں اور پہلی مرتبہ گزشتہ رمضان کے مکمل روزے رکھے۔ درس میں آنے سے پہلے وہ نہایت بدتمیز تھا‘ میرے ساتھ بہت ہی اونچی آواز میں بات کرتا تھا۔ میرا سب سے چھوٹا بیٹا بری سوسائٹی کی وجہ سے انجکشن کا نشہ کرنا شروع ہوگیا۔ اس کی وجہ سے میں بہت زیادہ پریشان تھی‘ وہ شادی شدہ ہے اور اس نے اپنی مرضی کی شادی کی تھی۔ میں ہر درس میں اس کیلئے ضرور اللہ سے مانگتی اور اس کی نیت کرکے روحانی غسل کرتی جس کی برکت سے اس نے انجکشن لگانے چھوڑ دیئے ہیں اور اس کی طبیعت بھی دن بدن بہتر ہورہی ہے۔ (ی،ن)

اسلام اور رواداری — ابن زیب بھکاری

قسط نمبر 103

پیغمبرؐ اسلام کا غیر مسلموں سے حسن سلوک

بحیثیت مسلمان ہم جس با اخلاق نبی ﷺ کے پیروکار ہیں انکا غیر مسلموں سے کیا مثالی سلوک تھا‘ آپ نے سابقہ اقساط میں پڑھا اب آپ ﷺ کا جانوروں سے حسن سلوک کے چند واقعات پڑھیں۔

جانوروں کیساتھ نبی کریم ﷺ کا کریمانہ برتاؤ: حضور نبی کریم ﷺ کی شان رحیمی وکریمی نہ صرف یہ کہ انسانوں کے ساتھ مخصوص تھی بلکہ آپ ﷺ کی شان رحمت کی وسعت نے جانوروں کے حقوق کیلئے بھی جدوجہد کی اور ان کو اپنے رحم و کرم کے سایہ سے حصہ وافر عطا کیا۔ جانوروں کے ساتھ نبی کریم ﷺ کے برتاؤ اور ان کے حقوق کی ادائیگی کی تاکید‘ ان کے ساتھ بہترین سلوک کی دعوت کی روشنی میں اپنے جانوروں کے ساتھ برتاؤ کا بھی جائزہ لیں کہ کیا ہمارا جانوروں کے ساتھ وہی برتاؤ ہے جس کی تاکید نبی کریم ﷺ نے کی ہے یا ہم جانوروں کے حقوق کی ادائیگی میں کوتاہی سے کام لے کر عذاب ووعیدوں کے مستحق بن رہے ہیں؟ **(جاری ہے)**

’’پیغمبر اسلامؐ کا غیر مسلموں سے حسن سلوک‘‘ اب تمام واقعات کتابی شکل میں ضرور پڑھیں‘ گفٹ کریں اور ’’غیر مسلموں کی عبادت گاہیں‘ ان کے حقوق اور ہماری ذمہ داریاں‘‘ کتاب اردو اور انگلش میں پڑھنا ہرگز نہ بھولیں!

نہایت آسان ٹوٹکہ اور جسم لوہے کی طرح مضبوط

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! میں عبقری رسالہ پچھلے تین سال سے مسلسل پڑھ رہا ہوں۔ اس رسالے کے مجھ پر بہت سے احسانات ہیں۔ میں بہت سے پوشیدہ امراض میں مبتلا تھا اپنی غلط حرکتوں کی وجہ سے بالکل ناکارہ مرد بن چکا تھا‘ جس کی وجہ سے گھر میں تو شرمندہ رہتا ہی تھا باہر بھی کسی کام کو دل نہ لگتا تھا۔ پھر مجھے درج ذیل نسخہ ملا جس نے میری زندگی ہی بدل دی۔ اللہ نے مجھے صحت دی‘ میری صحت اس طرح ہوگئی کہ میرا جسم لوہے کی طرح اور طاقت بے انتہا بڑھ گئی۔ میں نے بالکل سادہ سا نسخہ استعمال کیا جس میں دال ماش کو پانی میں رات کو بھگو کر رکھا اور صبح اس میں سے پانی نکال کر اسے کوٹ کر گھی میں پکایا اور اس میں مصری ڈال دی‘ گھی اور مصری دال کے ہم وزن تھی۔ پھر اس کو روزانہ صبح وشام دو دو چمچ کھاتا‘ جس کی وجہ سے مجھے ایسی شفا ملی کہ میں خود بھی حیران رہ گیا۔ (محمد قاسم‘ جھنگ)

ارشد حسین، لاہور

مایوس نہ ہوں! زندگی کو زندگی کی طرح بسر کرنا سیکھ لیں!

آدمی کو مغموم رہنے سے ایک غیر فطری قسم کی طمانیت محسوس ہوتی ہے۔ آپ نے اپنے ملنے جلنے والوں ہی میں ایسے کئی افراد دیکھے ہوں گے جنہیں بیمار رہنے کا شوق ہے اسی طرح بعض لوگ رنج والم سے لذت حاصل کرتے ہیں۔

احمد پہلوٹی کا بچہ تھا۔ باپ کپڑے کی ایک چھوٹی سی دکان کا مالک تھا جب بڑے سرمایہ دار اس میدان میں اترے تو اس کا کاروبار ٹھپ ہوگیا۔ اس مصیبت کا مداوا اس نے ایک عجیب سے احساس برتری میں پایا' وہ بڑے پیمانے کی تجارت کو حقارت سے دیکھنے لگا' گویا کاروبار کے متعلق منفی زاویہ نظر کا سبق اسے بچپن ہی میں مل چکا تھا' اس کی اپنی تو کوئی چھوٹی دکان تھی نہیں مگر باپ کے نقش قدم پر چلنا ضروری تھا چنانچہ اس نے ایک چھوٹی دکان پر نوکری کرلی۔ بچپن میں احمد اکثر بیمار رہتا چونکہ پہلا بچہ تھا اس لیے ماں کی ساری توجہات اسی پر مرکوز رہتیں لیکن چند سال بعد یکے بعد دیگرے گھر میں ایک بچی اور بچے نے قدم رکھا اور والدین کی توجہ اب تینوں بچوں میں بٹ گئی احمد کیلئے وہ پہلا سا التفات نہ رہا' چنانچہ وہ بے زار رہنے لگا' والدین سمجھے کہ بچہ واقعی بیمار ہے کچھ عرصے بعد اسے پھر ویسی ہی توجہ ملنے لگی جیسی پہلے ملتی تھی۔ عمر کے اس دور میں احمد نے دو ایسے سبق سیکھے جو مستقبل میں اس کے اطوار کی بنیاد بن گئے لیکن یہ سبق تھے بہت نقصان دہ۔ ایک سبق یہ تھا کہ اپنے اوپر خوب افسردگی اور بے زاری طاری کرلو تو تمہاری طرف توجہ دی جائے گی' بچپن میں یہ حربہ کامیاب رہتا ہے لیکن بڑے ہوکر کام نہیں دیتا۔ عام لوگ مردہ دلی کو پسند نہیں کرتے اور ایسے افراد سے کنی کتراتے ہیں۔ احمد کو بڑے ہوکر یہ حقیقت تسلیم کرلینی چاہیے تھی لیکن اس نے ایسا نہ کیا۔ اس کے تحت الشعور میں لڑکپن کی وہی باتیں جمی ہوئی تھیں اور اب بھی اس کے جذبات اسی بچگانہ اصول کے تابع تھے کہ ابا اماں کی توجہ کھینچنے کیلئے منہ بسورنا ضروری ہے۔ والدین کا سایہ سر سے اٹھ گیا مگر منہ بسورنے کی عادت نہ گئی۔ دوسرا سبق اس نے بچپن میں یہ سیکھا کہ آدمی کو مغموم رہنے سے ایک غیر فطری قسم کی طمانیت محسوس ہوتی ہے۔ آپ نے اپنے ملنے جلنے والوں ہی میں ایسے کئی افراد دیکھے ہوں گے جنہیں بیمار رہنے کا شوق ہے اسی طرح بعض لوگ رنج والم سے لذت حاصل کرتے ہیں۔ ایسے لوگ دراصل زندگی کی ہمہ گیری سے گھبراتے' اس کے نشیب و فراز سے ڈرتے اور حقائق کا سامنا کرنے سے جی چراتے ہیں۔ حزن وملال اور یاس وناامیدی کی تاریکیوں میں ہمہ وقت گھرے رہنا ہی انہیں تسکین دیتا ہے اور یہی وہ لوگ ہیں جو اپنے ساتھ دوسروں کو بھی افسردگی اور مایوسی کے تاریک غاروں میں دھکیل دیتے ہیں۔

مسرت اور شگفتگی کوئی خداداد عطیہ نہیں۔ آدمی خواہ کسی حال میں ہو وہ چاہے تو خوشی اور مسرت کے سامان پیدا کرسکتا ہے یہی وہ سبق تھا جو احمد کو سیکھنا تھا لیکن اس کے لیے ضروری تھا کہ بچپن میں رٹے ہوئے اسباق کو فراموش کردیا جائے۔ یہ تو ہر شخص جانتا ہے کہ پرانی عادت یک لخت ترک کردینا آسان نہیں زندگی کے متعلق زاویہ نظر بدلنا تو اور بھی مشکل ہے' تاہم نئی راہیں کون تلاش نہیں کرتا۔ زندگی سنوارنے کیلئے ہم میں سے ہر ایک کو بارہا اپنے طور طریقے بدلنے پڑتے ہیں آخر ہم انسان ہیں' جھاڑ جھنکار نہیں کہ ایک تودۂ خاک میں جڑ پکڑلیں' تو عمر بھر کے لیے وہیں کے ہو رہیں' ناپختہ احساسات اور بچپن سے ذہن میں بیٹھے ہوئے غلط تصورات کو زندگی بھر کے لیے اپنے اوپر طاری کرلینے کا نتیجہ یہی ہوتا ہے کہ انسان ایک خزاں رسیدہ درخت کی مانند کملایا مرجھایا رہتا ہے۔ ہم میں سے اکثر لوگ چھوٹی چھوٹی شکایات' حقیر سے تفکرات اور معمولی معمولی دشواریوں کے مقابلے میں اضمحلال اور یاس و الم میں مبتلا رہنے کے عادی ہوچکے ہیں۔ کوئی بات ذرا بھی خلاف مزاج ہوجائے تو خود اعتمادی کو ٹھیس لگتی محسوس ہوتی ہے۔ رفتہ رفتہ ہر بات پر بیزاری کا اظہار ہمارے لیے وقار کا مسئلہ بن جاتا ہے لیکن اداس اور بیزار رہنا زندگی کی توہین ہے بلکہ کفران نعمت میں داخل ہے۔ صحت مندانہ زاویہ نظر یہ ہے کہ آپ زندگی کو اللہ کی عطا کردہ نعمت تصور کیجئے ایسی نعمت جو دوبارہ نہ ملے گی لہٰذا اسے بوجھ نہ سمجھئے اور اس کے ایک ایک لمحے کو انتہائی قیمتی اور بیش بہا جان کر کام میں لانے کی سعی کیجئے یاد رکھیے! اگر ہم زندگی کو زندگی کی طرح بسر کرنا سیکھ لیں تو دنیا میں ہم سے زیادہ مطمئن اور خوش وخرم انسان کوئی اور نہ ہوگا۔

اس حقیقت کو تسلیم کرلینے کے بعد احمد کے لیے بس ایک آسان سے نسخے پر عمل کرنا باقی رہ گیا جب کوئی مشکل سر اٹھاتی تو وہ اپنے آپ سے سوال کرتا کہ اسے کس طرح حل کرسکتا ہوں بہت غور وفکر کے بعد جو حل سامنے آتا اس کے مطابق عمل کرتا۔ دراصل افسردگی اور بیزاری کے زہر کا تریاق عمل سے حاصل ہوتا ہے۔ اس کے ساتھ ہی یہ حقیقت بھی ذہن پر نقش کرلینی چاہیے کہ دنیا کی ساری مصیبتیں آپ ہی کیلئے خاص نہیں ہیں۔ دوسروں کو بھی ایسے ہی مصائب کا سامنا کرنا پڑتا ہے اور کوئی بھی مشکل ایسی نہیں جو حل نہ ہوسکے اور کوئی عقدہ ایسا نہیں جو وا نہ ہوسکے۔

ذرا کاپی پنسل لے کر بیٹھیے اور ان چیزوں کی فہرست بنائیے جن سے محرومی آپ کو صدمہ پہنچائے گی دیکھئے ایمانداری سے کام لیجئے اس فہرست میں وہ چیزیں بھی لکھئے جن سے بعض اوقات آپ کو شکایت ہوتی ہے۔ اسی طرح فہرست بناتے چلے جائیے آپ دیکھیں گے کہ خاصی طویل بن جائے گی بلکہ جب بھی آپ اس پر نظرثانی کریں گے اس میں اضافہ ہوگا۔ اب آپ ملنے جلنے والوں میں سے کسی ایسے شخص کا انتخاب کیجئے جو عموماً شگفتہ نظر آتا ہو۔ اس کے متعلق ایسی باتوں کی فہرست تیار کیجئے جنہیں وہ برداشت کرتا ہو لیکن یہ باتیں آپ کے نزدیک قطعی ناقابل برداشت ہوں' یہاں یہ احمقانہ عذر پیش نہ کیجئے کہ میں تو عام لوگوں سے زیادہ حساس واقع ہوا ہوں' یہ قابل فخر بات نہیں' اس کا مطلب یہ کہ آپ زندگی بسر نہیں کرتے بلکہ اس کے بخیے ادھیڑنے میں لگے ہیں۔

اس میں شک نہیں کہ بعض لوگ دوسروں سے کسی قدر زیادہ حساس ہوتے ہیں لیکن حساس ہونے کا یہ مطلب کہاں ہے کہ آپ تکلیف ہی تکلیف محسوس کرتے جائیں حقیقتاً حساس آدمی اسے کہیں گے جو دوسروں کی نسبت اگر تکلیف زیادہ محسوس کرتا ہے تو خوشی کے موقع پر خوش بھی دوسروں سے زیادہ ہوتا ہے' مصیبت نازل ہو تو خود کو بدنصیب ٹھہرانے کے بجائے یہ سوچنے کی کوشش کیجئے کہ دنیا میں آپ سے بھی زیادہ بدنصیب لوگ نہ جانے کتنے ہوں گے پھر ذرا برنارڈ شاہ کے اس مقولے پر غور فرمایئے کہ جس طرح اپ کو دولت پیدا کیے بغیر اس سے استفادے کا حق نہیں اسی طرح مسرت کے اسباب پیدا کیے بغیر مسرور ہونے کا حق بھی نہیں۔

مشہور ماہر نفسیات ایلفر ڈایڈلر کے پاس مالیخولیا کا مریض آتا تو وہ مریض سے کہتا: روزانہ کوئی ایسی تدبیر سوچو کہ کسی دوسرے شخص کو تمہارے باعث خوشی اور مسرت حاصل ہو۔

احمد نے بھی اس نسخے پر عمل کیا۔ ایک مرتبہ اس نے مجھے بتایا: ہر دم خوش وخرم رہنے کی کوشش کرتا ہوں اور جب بھی کوئی مشکل سامنے آتی ہے تو سوچتا ہوں گھبرانے کی ضرورت نہیں' سب ٹھیک ہوجائے گا لیکن اطمینان قلب پھر بھی نصیب نہیں ہوتا۔ مجھے ہنسی آگئی۔ میں نے اسے سمجھایا: بھلے آدمی' تم نے بزرگوں کا یہ قول نہیں سنا کہ ایمان عمل کے بغیر بے کار ہے' جو کچھ سوچتے ہو اس پر عمل بھی تو کیا کرو محض دل کو اس بات کا دلاسا دینا کافی نہیں کہ سب ٹھیک ہوجائے گا اس کے بعد احمد کی شخصیت میں واقعی انقلاب سا آگیا۔ وہ شاداں وفرحاں رہتا ہے اور اپنی عمر سے زیادہ بوڑھا نظر نہیں آتا۔

حکیم لقا بستی چڑھوے والا' مظفر گڑھ

سردی کا بھرپور مزہ لینے والوں کیلئے لاجواب ٹوٹکے

اپنے پیروں کو ہمیشہ گرم رکھیں کیونکہ پاؤں کی طبعی حالت جسم انسانی پر اثر انداز ہوتی ہے اگر آپ جسمانی طور پر کمزور ہیں اور موسمی شدت کا مقابلہ نہیں کرسکتے تو دھوپ میں بیٹھ کر تلوں کے تیل کی مالش کریں۔ اگر صحت مند ہیں تو نماز فجر کے بعد ضروریات سے فارغ ہوکر سیر ضرور کریں

اکثر لوگ وسط سردی یعنی فروری کے مہینے میں سخت پریشان ہونے لگتے ہیں' سردی کا مزہ لینے کے بجائے موسم بہار اور موسم گرما کے منتظر رہتے ہیں۔ وہ کہتے ہیں کہ موسم سرما میں ہماری توانائی کی سطح کم ہوجاتی ہے۔ ہمارے مدافعتی نظام میں کمزوری پیدا ہوجاتی ہے اور ہماری کارکردگی متاثر ہوتی ہے۔ موسمی تبدیلیوں خاص طور پر سردی کا مقابلہ کرنے کیلئے ہمارے ہاں کئی اشیا تنہا یا دیگر دواؤں اور غذاؤں کے ساتھ مل کر استعمال کی جاتی ہیں۔ ان میں میتھی کے بیج اور سویا قابل ذکر ہیں۔ سردیوں میں میتھی کے بیج پانی میں بھگو کر کھچڑی کی طرح چاولوں کے ساتھ پکا کر کھاتے ہیں۔ جاڑوں میں اس کے استعمال سے جسم میں بلغم اور رطوبت کم ہوجاتی ہے۔ میتھی کو جدید تحقیق کے مطابق خون قلب کولیسٹرول کے علاوہ ٹرائی گلیسرائڈ کم کرنے کی وجہ سے جوڑوں اور کمر کے دردوں کیلئے بہت مفید سمجھا جاتا ہے۔ میتھی میں اعصاب قوی کرنے کی صلاحیت بھی ہوتی ہے۔ اسی طرح سویا کے بیج جاڑوں میں کثرت سے استعمال ہوتے ہیں۔ سویا میں درد کو تسکین پہنچانے کی خصوصیت ہوتی ہے۔ اسے دیگر دواؤں اور مغزیات کے ساتھ شامل کرکے اور سوجی ملا کر لڈو بنا کر کھائے جاتے ہیں۔

موسم سرما میں ہوا کے سرد اور تر ہوجانے سے جسم کے مسامات بند ہوجاتے ہیں جس سے پسینہ نہیں آتا۔ اس طرح حرارت و توانائی کا نظام ٹھیک نہیں رہتا۔ یہی وجہ ہے کہ جسم کی حرارت کو برقرار رکھنے کیلئے زیادہ مقوی غذا کی ضرورت ہوتی ہے۔ اس لیے کھانے پینے کے شوقین حضرات کو مرغن غذائیں' گرم اشیاء اعتدال کے ساتھ استعمال کرنی چاہیے۔ خشک میوے بادام' چلغوزہ' مونگ پھلی' کشمش وغیرہ کا استعمال جسم کو حرارت مہیا کرتا ہے۔ اس لیے جہاں تک ممکن ہو بہتر سے بہتر غذا استعمال کرسکتے ہیں تاکہ نشوونما کا یہ موسم امراض کا ذریعہ نہ بنے۔ ناشتے میں حسب استطاعت دودھ، انڈا، دلیہ، ڈبل روٹی مفید و مناسب غذا کا استعمال کریں۔ دوپہر و شام کھانے میں گوشت، مچھلی، سبزیاں پھل وغیرہ استعمال کرسکتے ہیں۔ اگر ممکن ہو تو دوپہر کو پھل زیادہ استعمال کریں۔ گاجر جسے اطبا نے سستا سیب قرار دیا ہے۔ اس موسم کی اچھی غذا ہے۔ جسم کے درجہ حرارت کو قائم رکھنے کیلئے مقوی غذاؤں کا استعمال ضروری ہے۔ بشرطیکہ مناسب ورزش کا سلسلہ بھی جاری رہے تاکہ عضلات میں چست رہیں اور چربی نہ بڑھے۔ جنوری اور فروری کے مہینے میں شدید ٹھنڈی ہوائیں چلتی چلتی ہیں' اس لیے صبح اور شام بلاضرورت باہر نہ نکلیں۔ رات چونکہ بہت سرد اور طویل ہوتی ہے اس لیے کھلے یا بند کمرے میں نہ سوئیں بلکہ کھڑکی اور روشن دان ہمیشہ کھلا ہونا چاہیے۔ اپنے پیروں کو ہمیشہ گرم رکھیں کیونکہ پاؤں کی طبعی حالت جسم انسانی پر اثر انداز ہوتی ہے اگر آپ جسمانی طور پر کمزور ہیں اور موسمی شدت کا مقابلہ نہیں کرسکتے تو دھوپ میں بیٹھ کر تلوں کے تیل کی مالش کریں۔ اگر صحت مند ہیں تو نماز فجر کے بعد ضروریات سے فارغ ہوکر سیر ضرور کریں اگر یہ نہیں کرسکتے تو صحت کے مطابق کھلی جگہ میں ہلکی ورزش کریں تاکہ جسم میں حرارت پیدا ہو۔ موسم سرما میں چہرے کی جلد زیادہ متاثر ہوتی ہے۔ خصوصاً جن دنوں برفانی سردی پڑتی ہے دیگر اعضاء تو کپڑوں' جوتوں اور جرابوں میں لپٹے ہوتے ہیں لیکن چہرہ کھلا ہوتا ہے اس طرح چہرے کی جلد خشک ہوکر پھٹ جاتی ہے۔ اس کیلئے چہرے پر گلیسرین اور لیموں کا رس لگانا مفید ہے۔ اگر اس سے چہرے پر داغ پڑ جائیں تو چہرہ نیم گرم پانی سے صابن کے ساتھ دھولیں۔ بعض لوگوں کو جلد پر خارش ہوتی ہے ایسی صورت میں گلیسرین، عرق گلاب میں ملا کر استعمال کریں۔ نزلہ، زکام، کھانسی موسم سرما کے خاص امراض ہیں۔ ان کیلئے ذیل کا نسخہ مفید ہے۔ **ھوالشافی:** گل بنفشہ پانچ گرام' گل گاؤزبان پانچ گرام' تخم خطمی پانچ گرام' عناب پانچ دانے' سپستان پانچ گرام' تمام چیزیں پانی میں جوش دے کر چینی ملا کر ضرورت کے مطابق صبح و شام پی لیں۔ موسم سرما احتیاط کا تقاضا کرتا ہے۔ احتیاط کے ساتھ جاڑے گزاریئے اور صحت بہتر بنایئے۔ اب ذرا ذکر ہوجائے کچھ ایسے ٹوٹکوں کا جن کے استعمال سے خود بھی سردی سے محفوظ رہ سکتے ہیں اور گھر میں موجود بچے بھی۔ 1۔ ادرک کا رس اور شہد ایک چمچ ملا کر لینے سے افاقہ ہوتا ہے۔ 2۔ سونٹھ' مصری' تل کو جوش دے کر پینے سے سردی و زکام میں فائدہ ہوتا ہے۔ 3۔ رات سوتے وقت گرم پانی میں لیموں کا رس ملا کر پینے سے سردی میں افاقہ ہوتا ہے۔ 4۔ پودینہ' ادرک کا جوشاندہ بنا کر پینے سے بھی فائدہ ہوتا ہے۔ 5۔ اگر سردی کی وجہ سے تکلیف ہو سردی زیادہ لگ جاتی ہو تو شہد اس معاملہ میں بے حد مفید ہے۔

میرے چار تجربات قارئین عبقری کیلئے

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! میرے کچھ آزمودہ تجربات ہیں جو میں قارئین عبقری کی خدمت میں ارسال کررہا ہوں۔ 1۔ اگر کسی آدمی کو کتا کاٹ لے اور پتہ نہ چلے کہ یہ کتا پاگل ہے یا عام کتا ہے تو متعلقہ کاٹے ہوئے آدمی کے جسم سے سرنج کے ذریعے تھوڑا سا خون نکالیں اور روٹی پر ڈال کر کسی کتے کو ڈال دیں۔ اگر کتا روٹی کھالے تو یہ کاٹنے والا کتا عام ہے اگر روٹی سونگھ کر ہٹ جائے اور نہ کھائے تو اس کا مطلب یہ ہے کہ کاٹنے والا کتا پاگل ہے۔ 2۔ دو سال پہلے ہمارے محلے کی مسجد میں کوئی پانچ چھ سو بھڑ آگئے' ظہر کا وقت تھا' کوئی انہیں دھواں دینا چاہتا تھا' کوئی مارنا چاہتا تھا۔ کوئی انہیں اکٹھا کرکے زندہ آگ میں ڈالنا چاہتا تھا۔ میں نے انہیں بتایا کہ حضرت حکیم صاحب دامت برکاتہم کے بقول اول و آخر درود پاک پڑھ کر سورۂ ماعون پڑھیں اور پھونک ماردیں تو یہ جگہ چھوڑ کر چلے جاتے ہیں' امام مسجد اور نمازی کہنے لگے کہ آپ خود ہی یہ عمل کریں' میں نے اللہ تعالیٰ کا نام لے کر یہ عمل کیا۔ میری حیرت کی انتہا نہ رہی کہ دو منٹ کے اندر تمام بھڑ مسجد سے نکل گئے اور آج تک واپس نہیں آئے۔ تمام نمازی کلام مجید کی اس کرامت کو دیکھ کر حیران رہ گئے۔ 3۔ میں نے عبقری کے شہد کو تجربہ سے گزارا ہے' کچھ شہد لے کر روٹی کے ٹکڑے پر لگایا ایک کتے کو عام ٹکڑا روٹی اور ایک شہد لگا ٹکڑا ڈالا' روٹی کے عام ٹکڑے کو کتا فوراً کھا گیا جبکہ شہد لگے ٹکڑے کو کتا سونگھ کر ہٹ گیا۔ ثابت ہوا کہ عبقری کا شہد سوفیصد خالص ہے کیونکہ یہ بات سوفیصد درست ہے کہ کتا کبھی شہد نہیں کھاتا۔ 4۔ **باوضو رہنے کی برکت:** نومبر 1982ء سے جنوری 2011ء تک بندہ اپنی کلاس' دفتر' ادارہ میں بے وضو داخل نہیں ہوا' ہمیشہ باوضو پڑھایا۔ دیگر برکات کے علاوہ ایک برکت یہ دیکھنے میں آئی کہ امتحان سالانہ سے تین یا چار ماہ قبل خواب میں بورڈ کا مکمل پرچہ دیکھ لیتا تھا اور باقی کورس کے ساتھ ان سوالات کو بار بار یاد کراتا تھا۔ ہر سال سوفیصد رزلٹ آتا تھا۔ کئی طلبہ کے سالانہ کے نمبر' امتحان سے قبل معلوم ہوجاتے تھے۔ **(پرنسپل (ر) غلام قادر ہراج' جھنگ صدر)**

عیب جوئی کرنے والے کو دوست مت بناؤ: جب کسی شخص کو دوسروں کی عیب جوئی کرتے ہوئے پاؤ اسے اپنے دوستوں کی عیب جوئی کرتے ہوئے پاؤ اسے اپنے دوستوں کے زمرے سے خارج کرو۔ **(خلیفہ مامون رشید)**

چند الفاظ' دس لاکھ نیکیاں' دس لاکھ گناہ معاف

مندرجہ ذیل اعمال بزرگان دین اور صالحین کے آزمودہ اور منقول شدہ ہیں جن کے شائع کرنے کا مقصد مخلوق خدا کو تسبیح اور مصلے کے ساتھ غیر شرعی اعمال کے بجائے نوافل و تسبیحات کے ذریعہ جوڑنا ہے۔

اسلامی سال کے پانچویں مہینہ کا نام جمادی الاولیٰ ہے۔ اس مہینہ میں قرآن پاک کی پاک و صاف لباس پہن کر صاف اور آہستہ آہستہ سمجھ کر تلاوت کرنا بہت زیادہ ثواب اور فائدہ کا باعث ہے۔ اس ماہ میں نوافل پڑھنا اور دیگر عبادات کرنا بہت سی فیوض و برکات کے حصول کا باعث ہے۔

پہلی شب:۔ جو کوئی اس ماہ کی پہلی شب نماز مغرب کے بعد چار رکعت نفل نماز دو دو رکعت کرکے اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورہ فاتحہ کے بعد گیارہ گیارہ مرتبہ سورہ اخلاص پڑھے تو پروردگار عالم اس کو بے شمار ثواب سے نوازے گا اور اس کو گناہوں کی معافی عطا فرمائے گا۔ **دو نفل:۔** جمادی الاولیٰ کی پہلی شب نماز عشاء کے بعد دو رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھنی چاہئے کہ پہلی رکعت میں سورہ فاتحہ کے بعد سورہ جمعہ پڑھے جبکہ دوسری رکعت میں سورہ فاتحہ کے بعد سورہ مزمل پڑھے۔ **چار نوافل:۔** اس ماہ کی یکم تاریخ کو نماز ظہر کے بعد چار رکعت اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورہ فاتحہ کے بعد سات مرتبہ سورۃ النصر پڑھے۔

تیسری شب:۔ جمادی الاولیٰ کے مہینہ کی تیسری شب کو نماز عشاء کے بعد بیس رکعت نفل نماز دو دو رکعت کے ساتھ اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد دس دس مرتبہ سورہ قدر پڑھے اور سلام پھیرتے ہی یعنی تمام نوافل کی ادائیگی کے بعد باوضو حالت میں ہی قبلہ رخ بیٹھ کر فجر کی اذان تک یہ کلمات بکثرت پڑھتا رہے۔

يَاعَظِيْمُ تَعَظَّمْتَ بِالْعَظَمَةِ وَالْعَظَمَةُ فِيْ عَظَمَةِ عَظَمَتِكَ يَاعَظِيْمُ

انشاء اللہ تعالیٰ ثواب عظیم حاصل ہوگا اور جو بھی نیک حاجت ہوگی پروردگار عالم وہ ضرور پوری فرمائے گا۔

نفلی روزے:۔ اس ماہ کی تیرہ، چودہ اور پندرہ تاریخ کو نفلی روزے رکھنے کی بہت زیادہ فضیلت ہے۔

اکیسویں شب:۔ اس مہینہ کی اکیسویں شب کو نماز عشاء کے بعد چھ رکعت نفل نماز دو دو رکعت کرکے اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد تین تین مرتبہ سورہ اخلاص پڑھے۔ نوافل کی ادائیگی کے بعد ایک سو مرتبہ درود پاک پڑھے۔ **ستائیسویں شب:** اس شب کو نماز عشاء کے بعد آٹھ رکعت نفل نماز دو دو رکعت کرکے اس طرح پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد ایک ایک مرتبہ سورۃ والضحیٰ پڑھے۔ اس کے بعد بکثرت سُبُّوْحٌ قُدُّوْسٌ کا ورد کرتا ہوا باوضو حالت میں سو جائے۔ انشاء اللہ تعالیٰ بہت سی برکات حاصل ہوں گی۔ **عظمت والی دعا:** ابن عباس رضی اللہ عنہ نے کہا ہے کہ حضرت ابراہیم علیہ السلام حضرت ذوالقرنین علیہ السلام سے ملے اور ان سے پوچھا کہ سارے زمانہ کو تو نے کس طرح سے دیکھا اور شرق سے لیکر غرب تک کا کیسے مالک ہوگیا انہوں نے جواب دیا قُلْ هُوَ اللّٰهُ اَحَدٌ سے اور ان چند کلمات سے کہ جو انہیں پڑھے گا اللہ پاک اس کیلئے دس لاکھ نیکیاں لکھے گا اور اس کے دس لاکھ گناہ بخش دیگا اور اس کے دس لاکھ درجے بلند کریگا۔ حضرت ابراہیم علیہ السلام نے فرمایا مجھے بتلاؤ وہ کیا ہیں انہوں نے چند کلمات بتلائے۔ سُبْحٰنَ مَنْ هُوَ بَاقٍ لَا يَفْنٰى سُبْحٰنَ مَنْ هُوَ عَالِمٌ لَا يَنْسٰى سُبْحٰنَ مَنْ هُوَ قَيُّوْمٌ لَا يَنَامُ سُبْحٰنَ مَنْ هُوَ دَائِمٌ لَا يَسْهُوْ سُبْحٰنَ مَنْ هُوَ وَاسِعٌ لَا يَتَكَلَّفُ سُبْحٰنَ مَنْ هُوَ قَائِمٌ لَا يَلْهُوْ سُبْحٰنَ مَنْ هُوَ عَزِيْزٌ لَا يَظْلِمُ۔

بانجھ عورت کیلئے آزمودہ روحانی علاج

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! میں آپ کا رسالہ عبقری بہت شوق و ذوق سے ہر ماہ باقاعدگی سے پڑھتی ہوں۔ میں پیشے کے لحاظ سے ایک ڈاکٹر ہوں اور عبقری میں موجود وظائف و نسخہ جات اکثر اپنے پاس آنے والے مریضوں کو بتاتی رہتی ہوں۔ عبقری جون 2009ء کے صفحہ نمبر 14 پر بانجھ پن کے علاج کیلئے ایک روحانی عمل لکھا تھا۔ میں نے پڑھا اور اس عمل کو ایک مریضہ جس کی شادی کو 13 سال گزر چکے تھے لیکن اس کی اولاد نہیں تھی۔ اس کو یہ عمل دیا اللہ کے فضل سے اس نے کیا اور اس کی اولاد ہوگئی۔ عمل یہ ہے: "ایک کاغذ پر ا ل ل ہ ر ح م ن لکھ کر گلاب اور قدرے مشک سے حل کرکے متواتر تین بار عورت کو پلائیں۔ اسم الرحمٰن مبارک لکھ کر بانجھ عورت گلے میں ڈالے اور مرد کے پاس جائے۔ جس درخت پر پھل نہ آتے ہوں اس درخت پر یہ اسم باندھیں پھل آجائیں گے۔ **(ڈاکٹر فاخرہ سلطانہ)**

ماہانہ

روحانی محفل

روحانی محفل مرکز روحانیت و امن میں اجتماعی نہیں ہوتی ہر فرد اپنے مقام پر رہتے ہوئے کرے

اس ماہ کی روحانی محفل 9 فروری بروز منگل 10 بجکر 23 منٹ سے 11 بجکر 57 منٹ تک' 19 فروری بروز جمعہ سہ پہر 3 بجکر 15 منٹ سے 4 بجکر 17 منٹ تک' 28 فروری بروز اتوار مغرب تا عشاء تک يَا اَللّٰهُ يَانُوْرُ يَابَاعِثُ پڑھیں۔ یہ ذکر، بھکاری بن کر، خلوص دل، درد دل، توجہ اور اس یقین کے ساتھ کہ میرا رب میری فریاد سن رہا ہے اور سو فی صد قبول کر رہا ہے۔ پانی کا گلاس سامنے رکھیں اور اس تصور کیساتھ پڑھیں کہ آسمان سے ہلکی پیلی روشنی آپکے دل پر ہلکی بارش کی طرح برس رہی ہے اور دل کو سکون چین نصیب ہو رہا ہے اور مشکلات فوری حل ہو رہی ہیں۔ وقت پورا ہونے کے بعد دل و جان سے پوری امت، عالم اسلام اور غیر مسلموں کے ایمان کیلئے پوری دنیا میں امن کی دعا' اپنے لیے اور اپنے عزیز و اقارب کیلئے دعا کریں۔ پورے یقین کے ساتھ دعا کریں۔ ہر جائز دعا قبول کرنا اللہ تعالیٰ کے ذمے ہے۔ دعا کے بعد پانی پر تین بار دم کرکے پانی خود پئیں۔ گھر والوں کو بھی پلا سکتے ہیں۔ انشاء اللہ آپکی تمام جائز مرادیں ضرور پوری ہونگی۔

ہر محفل کے بعد 11 روپے صدقہ ضرور کریں

(نوٹ:) 1۔ روحانی محفل کے درمیان اگر نماز کا وقت آجائے تو پہلے نماز ادا کی جائے اور بقیہ وقت نماز کے بعد پورا کیا جائے۔ اگر اسی وقت یہ وظیفہ روزانہ کرلیں تو اجازت ہے مستقل بھی کرنا چاہیں تو معمول بنا سکتے ہیں۔ ہر مہینے کا ورد مختلف ہوتا ہے اور خاص وقت کے تعین کے ساتھ ہوتا ہے۔ بے شمار لوگوں کی مرادیں پوری ہوئیں۔ ناممکن ممکن ہوئیں۔ پھر لوگوں نے اپنی مرادیں پوری ہونے پر خطوط لکھے آپ بھی مراد پوری ہونے پر خط ضرور لکھیں۔ **(ایڈیٹر:۔ حکیم محمد طارق محمود عفا اللہ عنہ)**

روحانی محفل سے فیض پانے والے

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! میں عبقری رسالہ پچھلے دو سال سے مسلسل پڑھ رہی ہوں۔ میرے ساتھ ایک نہایت گھمبیر مسئلہ تھا جو روحانی محفل کی برکت سے اب بالکل حل ہو چکا ہے۔ مسئلہ یہ تھا کہ میری عمر 19 سال ہے مگر اتنی سی عمر میں مجھے ذرا ذرا سی بات پر بہت غصہ چڑھ جاتا' میں اپنے گھر میں سب سے بڑی ہوں' اس غصہ کی وجہ سے کافی تعلقات بھی خراب کرچکی تھی حالانکہ میں پانچ وقت کی نماز پابندی سے ادا کرتی ہوں لیکن اس کے باوجود مجھے غصہ بہت آتا۔ میرے اس غصے کی وجہ سے عزیز' دوست' رشتے دار اور محلے میں لوگ مجھ سے (باقی صفحہ نمبر 28 پر)

پھیپھڑوں کے امراض سے نجات: تین دانے چھوٹی الائچی پانی میں ابال کر یا پھر ویسے ہی توڑ کر پانی میں ڈالے جائیں اور دن میں تین مرتبہ پانی پیا جائے۔

شاہ ذوقی شاہؒ کے مستند روحانی وظائف

کبھی گھر سے باہر نکل کر سوچتا ہے کہ مجھے کہاں اور کس کام سے جانا تھا۔ کبھی نسیان کے باعث دردر کی ٹھوکریں کھاتا ہے گھر کا پتہ نہیں ملتا ہے۔ اس کیلئے ہر فرض نماز کے بعد ایک سو مرتبہ اَلرَّحْمٰنُ پڑھ کر دونوں ہاتھوں پر دم کر کے سر پر پھیر لے۔

نافرمان اولاد کو اطاعت گزار بنانا

اگر کسی کی اولاد نافرمان ہو اور کہنے سننے کو نہ مانتی ہو اور طرح طرح سے ضد کرتی ہو اور والدین کیلئے مسئلہ بنی ہوئی ہو تو اس کیلئے باوضو اول و آخر گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف پڑھے اور درمیان میں ایک ہزار مرتبہ اَلشَّهِيْدُ پڑھ کر پانی یا مٹھائی پر دم کر کے سب بچوں کو کھلائے اور ان سب بچوں پر دم کرے۔ یہ عمل رات کو کرے تاکہ آسانی کے ساتھ سب پر دم کر سکے۔ یہ عمل صرف ایک مرتبہ کرنا ہے اگر اطاعت میں کچھ کمی دیکھے تو ایک مرتبہ اور کر لے۔ انشاءاللہ تعالیٰ اولاد فرمانبردار اور اطاعت گزار بن جائے گی۔

سر کے درد سے آرام

اگر کسی کے پورے سر میں درد رہتا ہو تو دردِ سر دور کرنے کیلئے مندرجہ ذیل حروف باوضو لکھ کر موم جامہ کر کے کالے کپڑے میں سی کر مریض کے سر میں باندھے۔ انشاءاللہ تعالیٰ سر کا درد دور ہو جائے گا۔ وہ حروف یہ ہیں۔

۷۸۶

دم ہم ل ہ

آدھے سر کا درد

اگر کسی شخص کے آدھے سر میں درد رہتا ہو تو اس کے لیے باوضو اول و آخر تین تین مرتبہ درود شریف پڑھے اور درمیان میں گیارہ مرتبہ یہ آیت پڑھ کر سر پر دم کیا جائے۔ انشاءاللہ تعالیٰ آدھے سر کا درد جاتا رہے گا۔

لَّا يُصَدَّعُوْنَ عَنْهَا وَلَا يُنْزِفُوْنَ ﴿الواقعہ۱۹﴾

دماغ کی کمزوری دور کرنا

اگر کسی بچے یا بڑے کا دماغ کمزور ہو اور وہ ذرا ذرا سی بات بھی بھول جاتے ہوں یا بچہ اپنے اسکول یا مدرسہ کا سبق بار بار یاد کرنے کے باوجود بھول جاتا ہے تو اس کے حافظہ کی کمزوری دور کرنے اور دماغ کی طاقت اور یادداشت کی مضبوطی کیلئے باوضو مندرجہ ذیل آیت بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ ۔ کے ساتھ ایک کاغذ پر لکھیں اور موم جامہ کر کے کند ذہن بچے یا بڑے کے گلے میں ڈال دیا جائے۔ انشاء اللہ تعالیٰ اس عمل کی برکت سے بچے کا ذہن چلنے لگے گا اور جو پڑھے گا یاد رہے گا اور بڑا آدمی بھی ضعف دماغ سے محفوظ ہو جائے گا۔ وہ آیت یہ ہے:۔ سَنُقْرِئُكَ فَلَا تَنْسٰىٓ ۙ اِلَّا مَا شَآءَ اللّٰهُ (الاعلیٰ 6)

بھول چوک کا مرض

اگر کسی شخص کو بھول (نسیان) کا مرض لاحق ہو گیا ہو کہ وہ کبھی گھر کا راستہ تک بھول جاتا ہے۔ کبھی گھر سے باہر نکل کر سوچتا ہے کہ مجھے کہاں اور کس کام سے جانا تھا۔ کبھی نسیان کے باعث دردر کی ٹھوکریں کھاتا ہے گھر کا پتہ نہیں ملتا ہے۔ اس کیلئے ہر فرض نماز کے بعد ایک سو مرتبہ اَلرَّحْمٰنُ پڑھ کر دونوں ہاتھوں پر دم کر کے سر پر پھیر لے۔ انشاءاللہ تعالیٰ جلد ہی نسیان (بھول) کے مرض سے نجات حاصل ہو گی۔

بے خوابی کا علاج

اگر کسی کو دماغی خشکی کے باعث رات بھر نیند نہ آتی ہو اور بے خوابی کے باعث دن بھر اس کا بدن سست رہتا ہو اور ہر کام میں رکاوٹ پیدا ہوتی ہو تو اس کے لیے سرسوں یا کھوپرے کے تیل پر باوضو سات مرتبہ یہ کلمات پڑھ کر دم کرے اور سر میں لگائے اور جب تک نیند نہ آئے یہ کلمات پڑھتا رہے۔ انشاءاللہ تعالیٰ چند دن عمل کرنے سے بے خوابی کا مرض جاتا رہے گا اور پرسکون نیند آنے لگے گی۔ وہ کلمات یہ ہیں۔ يَا حَيُّ يَا قَيُّوْمُ۔

خوب گہری نیند آنا

اگر کسی آدمی کو نیند نہ آتی ہو اور وہ رات بے چینی میں گزارتا ہو تو اس کیلئے رات کو سوتے وقت گیارہ بار یہ آیت پڑھ کر دونوں ہاتھوں پر دم کر کے تمام بدن پر پھیر لے۔ انشاءاللہ تعالیٰ خوب گہری نیند آئے گی۔ وہ آیت یہ ہے۔

اِنَّ اللّٰهَ وَمَلٰٓئِكَتَهٗ يُصَلُّوْنَ عَلَى النَّبِيِّ ۭ يٰٓاَيُّهَا الَّذِيْنَ اٰمَنُوْا صَلُّوْا عَلَيْهِ وَسَلِّمُوْا تَسْلِيْمًا (الاحزاب ۵۶)

نزلہ زکام کا علاج

اگر کسی کو نزلہ زکام نے تنگ کر رکھا ہو اور نزلہ زکام کی شدت کی وجہ سے پریشان ہو اور چھینکوں اور ناک بہنے سے بہت زیادہ مصیبت میں مبتلا ہو تو اس کیلئے گیارہ بار یہ آیت باوضو پڑھ کر کسی کھانے کی چیز پر دم کرے اور مریض کو کھلا دے۔ انشاءاللہ تعالیٰ چند دن عمل کرنے سے مریض صحت یاب ہو جائے گا اور نزلہ زکام ختم ہو جائے گا۔ وہ آیت یہ ہے:۔

اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ الَّذِيْٓ اَنْزَلَ عَلٰي عَبْدِهِ الْكِتٰبَ وَلَمْ يَجْعَلْ لَّهٗ عِوَجًا ﴿کہف 1﴾ اور سورۂ فاتحہ تین مرتبہ پڑھ کر مریض پر دم کرے۔ یہ نزلہ زکام سے نجات کا عمدہ عمل ہے۔

درد دانت کا عمل

اگر کسی کے دانت میں شدید درد ہو اور کسی کل چین نہ آتا ہو تو اول و آخر سات سات مرتبہ درود شریف اس کے بعد ان کلمات کو درمیان میں تین مرتبہ پڑھ کر مریض کے دانتوں پر دم کر دیں۔ وہ کلمات یہ ہیں۔ اَلْقُوْنَ۔ يَلْقُوْنَ۔ تَلْقُوْنَ

حمل کی حفاظت

اگر کسی عورت کا حمل قائم نہ رہتا ہو اور بار بار گر جاتا ہو تو اس کے قائم رہنے اور بچے کے صحیح وسالم پیدا ہونے کے لیے یہ آیات باوضو لکھ کر موم جامہ کر کے حمل کے شروع کے دنوں میں عورت کی کمر میں باندھ دیں۔ یہ چالیس روز تک بندھا رہے۔ چالیس روز کے بعد کھول کر رکھ دیں۔ پھر یہی آیات والا تعویذ حمل کا نواں مہینہ شروع ہونے پر باندھ دیں۔ جب بچہ پیدا ہو جائے تو بچہ کو غسل دینے کے بعد عورت کی کمر سے کھول کر بچہ کے گلے میں ڈال دیں اور یہ تعویذ بچہ کے گلے میں سات سال تک بندھا رہے۔ سات سال پورے ہونے پر اس کو کسی پتھر کے ساتھ باندھ کر سمندر، دریا، نہر، تالاب، جھیل میں ٹھنڈا کر دیں (ڈال دیں) اگر ایسا موقع نہ ہو تو اس کو جنگل میں ایسی جگہ دفن کر دیں جہاں لوگوں کے پاؤں نہ پڑیں۔ اللہ تعالیٰ کے فضل و کرم اور اس تعویذ کی برکت سے انشاءاللہ تعالیٰ بچہ زندہ رہے گا اور لمبی عمر پائے گا۔ وہ آیات یہ ہیں۔ وَالَّتِيْٓ اَحْصَنَتْ فَرْجَهَا فَنَفَخْنَا فِيْهِ مِنْ رُّوْحِنَا وَصَدَّقَتْ بِكَلِمٰتِ رَبِّهَا وَكُتُبِهٖ وَكَانَتْ مِنَ الْقٰنِتِيْنَ (التحریم 12)

معدہ کے تمام امراض کا آزمودہ آسان علاج

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! معدہ کیلئے لاجواب نسخہ قارئین کی نذر ہے۔ **ھوالشافی:** بادیان، اجوائن، پودینہ، **فلفل** سیاہ، نمک سیاہ، نمک لاہوری، سہاگہ، زنجبیل ہر ایک ہموزن۔ دو تولہ **فلفل** دراز، دارچینی ہر ایک تولہ، نوشادر چار تولہ۔ تمام اجزاء کو الگ الگ سفوف بنا کر ملا لیں۔ خوراک: دو رتی سے ایک ماشہ، جملہ امراض معدہ میں تیر بہدف ہے۔ قبض، اسہال، درد معدہ، تیزابیت، تبخیر معدہ میں مفید ہے۔ **(محمد اشرف، راولپنڈی)**

عورت کو تابعدار بنانے کا عمل: ایسی عورت جو تابعدار نہ ہو برائی سے نہ رکتی ہو تو خاوند کو چاہیے کہ چالیس دن تک اسم یَاقَابِضُ کو روزانہ 12500 مرتبہ پڑھے' آخری دن پانی پر دم کر کے عورت کو پلائے۔

انجیر کھائیں! نئی طاقت' نئی قوت' نیا جوش پائیں

نور الصباح بنت عظمت مصطفیٰ

گردہ اور مثانے کے امراض میں انجیر کے استعمال سے گردہ اور مثانہ کی سوزش میں فائدہ ہوتا ہے۔ مثانہ اور گردے سے پتھری کو ریزہ ریزہ کر کے خارج کر دیتی ہے۔ گردوں کے دبلے پن کو دور کر دیتی ہے۔

قدرت کا انمول تحفہ بے شمار سریع الاثر فوائد کا حامل: اللہ تبارک وتعالیٰ نے امراض کے علاج کیلئے جڑی بوٹیاں بھی مرحمت فرمائیں اور انسان کو ان جڑی بوٹیوں سے فائدہ اٹھانے کا علم بھی عطا کیا۔ انجیر بھی قدرت کا عطا کیا ہوا ایک قیمتی پھل اور طب نبوی صلی اللہ علیہ وسلم کی اہم دوا ہے قرآن پاک میں بھی انجیر کا ذکر ہے۔ انجیر دنیا کے مختلف ممالک میں عام طور پر پایا جانے والا پھل ہے۔ اگر اسے سفید آٹے کے ساتھ استعمال کیا جائے تو یہ آٹے کی قابض تاثیر کو بہت کم کر دیتی ہے۔ دودھ کے ساتھ اس کا امتزاج بہت اعلیٰ ہے۔

شفاء بخش قوت اور طبی استعمال: انجیر میں متعدد طبی خوبیاں پائی جاتی ہیں انسانی جسم کیلئے یہ بے شمار فوائد کی حامل ہے۔ بے شمار امراض میں یہ جادو کا کام کرتی ہے۔ اس میں طویل بیماری کے بعد بحالی صحت کیلئے زبردست قوت پائی جاتی ہے۔ یہ ذہنی اور جسمانی تکان دور کر کے نئی توانائی اور قوت عطا کرتی ہے۔ **موٹاپا:** موٹاپا کم کرنے کیلئے پانچ دانے ہر روز کھانے مفید ہوتے ہیں۔ خون میں اگر کولیسٹرول کی زیادتی ہو تو رات کو چار عدد خشک انجیر اور سات عدد مغز بادام کو پانی میں بھگو دیں۔ صبح کو نہار منہ مسل کر پانی بھی پی لیں اور بادام اور انجیر کھا لیں۔ چالیس دن تسلسل کے ساتھ استعمال کریں۔ حیرت انگیز طور پر خون میں کولیسٹرول کو ختم کرنے کے ساتھ ساتھ جسم کی فالتو چربی بھی ختم ہو جائے گی اور موٹاپے میں کمی واقع ہو گی۔ **قبض:** پیٹ کے امراض میں انجیر کو صبح نہار منہ کھانا بے حد فائدہ مند ہے۔ اس کے استعمال سے آنتوں کے سدے اور بند کھل جاتے ہیں۔ پیٹ سے ہوا خارج ہو جاتی ہے۔ یہ آنتوں کی غلاظت نکال دیتی ہے۔ آنتوں میں سدوں اور قولنج کو ختم کرتی ہے۔ ریح کو تحلیل کرتی ہے۔ تازہ اور خشک انجیر دونوں صورتوں میں جلاب آور دوا ہے کیونکہ اس کے خلوی اجزا اور سخت جلد اس تاثیر سے لبریز ہے۔ اس کے باریک بیج بھی انتڑیوں کو متحرک کر کے رکھے ہوئے فضلہ کو خارج کرنے میں مدد دیتے ہیں۔ انجیر کے بیجوں میں انتڑیوں کو صاف اور متحرک رکھنے کی تاثیر پائی جاتی ہے۔ **دانت اور مسوڑھے:** دانت اور مسوڑھوں کیلئے انجیر کا استعمال حیرت انگیز ہے۔ خشک انجیر کو توے پر ہلکی آنچ پر جلا کر باریک پیس لیں اور مسوڑھوں کی سوزش کے دوران دانتوں پر منجن کی طرح خوب ملیں۔ اس سے مسوڑھوں کی سوزش ختم ہو جائے گی۔ دانت کے شدید درد کو بھی آرام آجائے گا اور دانتوں سے میل اور داغ بھی اتر جائیں گے اور دانت سفید شفاف ہو جائیں گے۔ جو دانت درد کر رہا ہوں اس کے علاج کیلئے انجیر کے درخت کے دودھ میں تھوڑی سی روئی بھگو کر اسے دانت کے نیچے دبا کر رکھیں۔ درد فوری دور ہو جائے گا۔ **گردے اور مثانے کے امراض:** گردہ اور مثانے کے امراض میں انجیر کے استعمال سے گردہ اور مثانہ کی سوزش میں فائدہ ہوتا ہے۔ مثانہ اور گردے سے پتھری کو ریزہ ریزہ کر کے خارج کر دیتی ہے۔ گردوں کے دبلے پن کو دور کر دیتی ہے۔ **بواسیر:** انجیر بواسیر کو بھی ختم کر دیتی ہے۔ انجیر کے استعمال سے پیٹ میں تبخیری مادہ پیدا نہیں ہوتا اور خون کی نالیوں سے سُدے نکال دیتی ہے۔ دائمی بواسیر کے مریض تین سے سات ماہ تک صبح نہار منہ شہد کا شربت بنا کر تین سے سات دانے خشک انجیر روزانہ کھالے تو اس مرض سے کافی زیادہ فائدہ ہو گا۔ (2) ایک گلاس ٹھنڈے پانی میں رات کو خشک انجیر کے دو یا تین دانے بھگو دیں اور اگلی صبح انہیں کھا لیں۔ بھگونے سے پہلے انجیر کو گرم پانی سے اچھی طرح دھو لیں۔ انجیر کو شیشے کے گلاس میں بھگوئیں مٹی کا برتن نہ استعمال کریں۔ اسی طرح بھگوئی ہوئی انجیر کو شام کو استعمال کریں۔ اس کے استعمال سے پاخانے کی تکلیف دور ہو جائے اور مقعد کو مسوں سے محفوظ رکھے گی اس انداز میں تین سے چار ہفتوں تک انجیر کا استعمال بواسیر کا خاتمہ کر دیتا ہے۔ **دمہ:** انجیر کو دمہ کے علاج کیلئے بھی مفید قرار دیا جاتا ہے' بلغمی کھانسی اور دمہ کا کامیاب علاج انجیر کے استعمال سے ممکن ہے۔ انجیر کھانے سے بلغم کا اخراج بڑھ جاتا ہے اور مریض کو افاقہ ہوتا ہے۔ **جنسی کمزوری:** جنسی کمزوری دور کرنے کیلئے انجیر کا استعمال بہت عمدہ علاج ہے۔ انجیر کو دوسرے خشک پھلوں مثلاً بادام' کھجور کے ساتھ مکھن سمیت استعمال کیا جائے تو یقینی طور پر جنسی کمزوری دور ہوتی ہے۔ (باقی صفحہ نمبر 37 پر)

اس ماہ کا نورانی مراقبہ

مراقبے سے علاج

مراقبے کے جب کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سو فیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کر دے گا۔

Meditation یعنی مراقبہ جہاں ازل سے روحانیت کی ترقی اور مشکلات کے حل کا علاج رہا ہے وہاں جدید سائنس نے اسے امراض کا یقینی علاج بھی قرار دیا ہے۔ ہزاروں تجربات کے بعد عبقری کے قارئین کے لئے مراقبے سے علاج پیش خدمت ہے۔ سوتے وقت اگر باوضو اور پاک سوئیں تو سب سے بہتر ورنہ کسی بھی حالت میں صرف 10 منٹ بستر پر بیٹھ کر بلا تعداد یَاوَاسِعُ جَلَّ جَلَالَہٗ ورد کریں' اول و آخر 3 بار درود شریف پڑھیں پھر لیٹ جائیں۔ جس مرض کا خاتمہ یا الجھن کا حل چاہتے ہوں اس کو ذہن میں رکھ کر یہ تصور کریں کہ "آسمان سے سنہرے رنگ کی روشنی میرے سر سے سارے جسم میں داخل ہو کر اس مرض کو ختم یا الجھن کو حل کر رہی ہے اور اس وظیفے کی برکت سے میں سو فیصد اس پریشانی سے نکل گیا/گئی ہوں" یہاں تک کہ اس تصور کو دہراتے دہراتے نیند آ جائے۔ شروع میں تصور بناتے ہوئے آپکو مشکل ہو گی لیکن بعد میں آپ پر جب اسکے کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سو فیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کر دیگا۔ مراقبے کے بعد اپنی کیفیات فوائد اور انوکھے تجربات ہمیں لکھنا نہ بھولیں۔

مراقبہ سے فیض پانے والے

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! میں عبقری رسالہ پچھلے آٹھ سال سے مسلسل پڑھ رہی ہوں' کیا شاندار اور لاجواب میگزین ہے۔ اس کے تمام سلسلے ہی بڑے زبردست ہیں مگر میں جو ہر ماہ کرتی ہوں وہ ہے مراقبہ! مراقبہ میں پچھلے چھ سالوں سے مسلسل کر رہی ہوں۔ دوران مراقبہ جو برکات' انوارت و تجلیات دیکھیں وہ پہلے کبھی نہ دیکھیں۔ ابھی پچھلے ماہ جو میں نے مراقبہ شروع کیا تو کچھ دیر بعد تصور بنا ایسے لگا جیسے آسمان میں پیلی سی روشنی ہے جو پھوار کی صورت میں میرے اوپر برس رہی ہے اور مسح کے انداز میں کان پر اسی روشنی کی پھوار کو ہاتھوں سے پھیر رہی ہوں اور میرے جسم سے بھی وہی روشنی منعکس ہو کر شعاعیں پھیلا رہی ہے اور میں اوپر آسمان کی طرف دیکھ رہی ہوں کہ کیسے اوپر جاؤں گی کہ یکا یک آسمان سے دو قطاریں دائیں اور بائیں جانب سے سفید پوش افراد ہیں نامعلوم وہ فرشتے ہیں یا کیا مخلوق ہیں؟ میری طرف ہاتھ بڑھا رہے اور میں نے اپنے ہاتھ بھی آگے بڑھا دیئے اور انہوں نے میرے ہاتھوں کو تھاما اور میں ان کی مدد سے پہلے آسمان پر پہنچ گئی۔ وہ بزرگ کچھ (باقی صفحہ نمبر 20 پر)

بدخلق شخص: میں نے درندوں' کفتاروں اور بھیڑوں کو جانچا' ان کے ساتھ رہا' وہ میرے ساتھ رہے اور میں ان پر غالب آ گیا' لیکن بدخلق شخص مجھ پر غالب آ گیا۔ (بزرجمہر)

قارئین کے طبی اور روحانی سوال' صرف قارئین کے جواب

منہ پر کالے تل: محترم قارئین! میرا مسئلہ یہ ہے کہ میرے منہ پر کالے تلوں کے نشان بہت زیادہ ہیں' میری عمر 20 سال ہے۔ میں بی اے کی سٹوڈنٹ ہوں' میرے لیے یہ بات بہت پریشان کن ہے' مجھے کوئی ایسا وظیفہ یا تسبیح بتا دیں جس سے یہ ٹھیک ہو جائیں۔ **(منزہ' خانیوال)**

جواب: منزہ! آپ کے مسئلہ کا بارہا کا آزمودہ حل میرے پاس موجود ہے۔ یہ عمل عبقری میں کئی بار چھپ چکا ہے اور لاتعداد قارئین اسے اب تک آزما چکے ہیں۔ جن کا اظہار وقفے وقفے سے اس عمل کے متعلق قارئین کی تحریروں کا چھپنے سے ہوتا ہے۔ آپ ہر نماز کے بعد ایک تسبیح **یَاخَالِقُ یَامُصَوِّرُ یَاجَمِیْلُ** اول و آخر گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھیں۔ انشاء اللہ کچھ ہی عرصہ کے بعد آپ کا چہرہ داغ' دھبوں سے بالکل پاک ہو جائے گا۔ حسن ایسا کہ آپ خود بھی یقین نہ کریں گی۔ **(شازیہ بشیر' لاہور)**

خراب خون: قارئین! میری عمر 18 سال ہے' میرا مسئلہ یہ ہے کہ میرے چہرے پر دانے بہت ہیں' خون بھی خراب ہو گیا ہے' کبھی کبھی پیشاب جل کر آتا ہے' جسمانی طور پر کمزور ہوتا جا رہا ہوں' دماغ اور نظر بھی کمزور ہو رہی ہے۔ خون نہیں بن رہا' رنگت سیاہ ہو چکی ہے۔ براہ کرم کوئی مفید نسخہ بتائیں۔ **(محمد عبدالباسط' رحیم یار خان)**

جواب: بسم اللہ کر کے یہ دوا دس سے بیس دن پی لیں۔ ھوالشافی: گل منڈی پانچ گرام' سرپھوکا پانچ گرام آدھے گلاس پانی میں جوش دیں اور چھان کر صبح پی لیں۔ پانی خوب پیا کریں۔ اپنی غذا بہتر بنائیں' موسمی پھل خوب کھائیں' تلی ہوئی اشیاء سے پرہیز کریں۔ **(ساجد محمود' ایبٹ آباد)**

ایک بیوٹیشن کے مسائل اور ان حل: محترم قارئین السلام علیکم! میں عرصہ دراز سے عبقری کی قاری ہوں اور اس رسالے سے بہت مستفید ہو رہی ہوں۔ خاص کر مجھے "قارئین کے سوال اور قارئین کے جواب" سلسلہ بہت پسند ہے۔ میرا مسئلہ بہت زیادہ گھمبیر ہے اور پیشے کے لحاظ سے میں ایک بیوٹیشن ہوں اور میرے کام کی نوعیت کچھ ایسی ہے کہ مجھے زیادہ تر وقت اپنے پالر کر دینا پڑتا ہے' میرے تین بچے ہیں بڑے بیٹے کی عمر آٹھ سال بیٹی کی عمر سات سال اور چھوٹے بیٹے کی عمر دو سال ہے۔ میرے بڑے بیٹے سے لیکر چھوٹے بیٹے تک تینوں کے ساتھ ایک ہی مسئلہ ہے کہ ان کے ناک جون جولائی سے لے کر جنوری فروری تک مسلسل بہتے رہتے ہیں اور مسلسل ناک بہنے کی وجہ سے ان بچوں کی آواز ناک اور گلے سے عجیب طرح سے نکلتی ہے' میرے بچے اب سوتے وقت سانس بھی ٹھیک طرح سے نہیں لے سکتے۔ قارئین سے التجا ہے کہ کوئی ایسی دعا یا دوا تجویز کریں کہ ان بچوں کو شفا مل جائے۔ **(ایک دکھی ماں)**

جواب: سب سے پہلا کام یہ ہے کہ نیم کے تازہ پتے پانی میں جوش دے کر چھان کر اس سے ناک دھوئیے' (جیسے وضو میں دھوتے ہیں) نیم والے پانی سے غرارے کریں۔ رات سوتے وقت پندرہ سے بیس دن اس پر عمل کریں اور عبقری سے "ناک شفاء" لے کر رات کو سوتے وقت ناک میں ڈالیں۔ دوا سے زیادہ ناک کی صفائی اور غرارے ضروری ہیں۔ **(معین الدین جوکھیو' نوشہرو فیروز)**

کہیں پھر سے طلاق نہ دے دیں: محترم قارئین میں بہت مختصر لکھوں گی۔ شادی کا ایک سال سکون سے گزرا' شوہر نے ہر طرح سے خیال رکھا' میری ساس نندیں برداشت نہیں کرتی تھیں' ڈھکے چھپے الفاظ میں میری برائیاں کرتیں' بات نہ بنی تو انہوں نے جھوٹ اور منافقت کا سہارا لے کر اس قدر شوہر کے دل میں نفرت پیدا کر دی کہ اس نے مجھے ایک طلاق دے دی۔ بہن کے شوہر جو کہ میرے جیٹھ بھی لگتے ہیں نے صلح کروائی۔ میرے شوہر نے مجھ سے معافی مانگی لیکن وہ پہلے جیسا نہیں رہا' اب بھی وہ مجھے دھمکیاں دیتا ہے کہ چھوڑ دوں گا' کہیں چلا جاؤں گا' پھر تم بچوں کے ساتھ سڑکوں پر بھیک مانگتی رہنا۔ دو وقت کی روٹی بھی ترسا ترسا کر دے رہا ہے' نہ نماز' نہ قرآن پڑھتا ہے۔ ٹی وی کا شیدائی ہے' پان سگریٹ معمول ہے۔ دوستوں کی لمبی فہرست ہے' کبھی کبھی تو رات بھر گھر نہیں آتا' کپڑے دوائی کیلئے ترساتا ہے' بچے مانگیں تو مار کر بھگا دیتا ہے۔ قارئین! مجھے کوئی وظیفہ بتائیں میں بہت تھک چکی ہوں' ذہنی و جسمانی طور پر بیمار رہتی ہوں' بیماریوں اور پریشانیوں سے اس قدر دلبرداشتہ ہو جاتی ہوں کہ دل کرتا ہے خود کو اور بچوں کو مار دوں۔ میرے سے تو نہ اب بچے سنبھالے جا رہے ہیں اور نہ کام! شدید اذیت میں ہوں۔ (ش۔غ۔ج)

جواب: بہن! میں آپ کا دکھ سمجھ سکتی ہوں' میری چھوٹی بہن کا بھی یہی مسئلہ تھا' میں نے اسے درج ذیل عمل بتایا تو اب ماشاءاللہ آپ شاید یقین نہ کریں اس کا شوہر اس کا اتنا خیال رکھتا ہے کہ جیسے کانچ کی گڑیا ہو۔ آپ بھی اپنے شوہر کا تصور کر کے سورۂ انعام کی آیت نمبر 45 کثرت سے پڑھیں اور کلام الٰہی کا کمال اپنی آنکھوں سے دیکھیں۔ **(زبیدہ قدیر' جھنگ)**

کانوں میں شدید خارش: میری عمر 28 سال ہے' کچھ عرصے سے مجھے کانوں میں شدید خارش ہے' میں ہر وقت کاٹن بڈز کانوں میں مارتی رہتی ہوں' اپنے اس مسئلے کی وجہ سے میں بہت پریشان ہوں' مجھے بلغم' ریشہ کی بھی پرابلم ہے' ہر وقت گلے میں بلغم محسوس ہوتا ہے۔ شاید اس بلغم کی وجہ سے کانوں میں خارش رہتی ہے۔ میں نے ہر طرح کے علاج کرائے مگر فرق وقتی ہوتا ہے اگر کسی کے پاس کا کوئی علاج ہے تو مجھے بتائیں میں بہت پریشان ہوں۔ **(عالیہ آصف' اسلام آباد)**

جواب: آپ ناک دھونے اور صاف رکھنے کا خیال رکھیے۔ عناب دو دانے' گاؤزبان تین ماشے پانی میں جوش دے کر صبح یا رات کو سوتے وقت پی لیا کریں۔ تازہ ہوا میں سانس لیا کریں۔ کان میں روغن زیتون ڈراپر میں ڈال کر ڈال لیا کریں۔ **(نادیہ کوثر' چیچہ وطنی)**

محترم قارئین السلام علیکم! میرے بیٹے کی عمر 12 سال ہے' پہلے اس کا رنگ صاف تھا' دو سال کی عمر میں گاؤں میں خارش کیلئے انجکشن لگوائے۔ وہ سارا دن کھیتوں میں گھومتا رہتا تھا' وہاں پر اس کا رنگ سیاہ ہو گیا۔ بچے طرح طرح کے نام رکھتے ہیں' بے حد ذہین بچہ اب احساس کمتری کا شکار ہو رہا ہے پڑھائی میں دلچسپی نہیں لیتا۔ الگ تھلگ رہتا ہے۔ میرا دل پھٹتا ہے' دن بدن رنگت خراب ہو رہی ہے۔ ویسے ماشاء اللہ صحت مند ہے اس کا حل کوئی بتائے کہ میرے بچے کا رنگ صاف ہو جائے تاعمر دعائیں دوں گی۔ **(پریشان ماں)**

جواب: آپ اپنے بچے کو پانچ وقت کی نماز کا پابند بنائیں' پانچ وقت وضو کرے گا تو چہرہ خودبخود صاف ہونا شروع ہو جائے گا۔ چٹ پٹی اور مصالحہ لگی چیزوں سے پرہیز کروائیں دھوپ میں باہر چہرہ ڈھانپ کر نکلے۔ کسی اچھی کریم یا عبقری کی "طب نبوی حسن و جمال کریم" یا فیس واش لگانے سے چہرہ کی مالش سے چند ہفتوں میں واضح فرق نظر آ جائے گا۔ **(مولا بخش بلوچ' خانیوال)**

دنیا اور جہنم کی آگ میں فرق

حضرت قتادہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ کی ایک مُرسل حدیث میں ہے کہ حضور پاک صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا: "تمہاری یہ دنیا کی آگ دوزخ کی آگ کا سترہواں حصہ ہے' لوگوں نے کہا کہ حضور صلی اللہ علیہ وسلم یہی بہت کچھ ہے۔ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا: ہاں! پھر یہ سترہواں حصہ بھی دو مرتبہ پانی سے بجھایا گیا ہے اب یہ اس قابل ہوا ہے کہ تم نفع اٹھا سکو اور قریب جا سکو۔ (تفسیر ابن کثیر' جلد ہشتم) (م۔ا' لاہور)

بالوں میں چمک کیلئے: سر دھونے کے بعد اگر لیموں کا رس ملا پانی دوبارہ بالوں میں لگایا جائے اور تولیے سے خشک کرلیا جائے تو بالوں میں چمک آجاتی ہے۔

جسمانی بیماریوں کا شافی علاج

طبی مشورے

توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں اور اس پر مکمل پتہ واضح ہو۔ جوابی لفافہ نہ ڈالنے کی صورت میں جواب ارسال نہیں کیا جائیگا۔ لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں سٹیپلرز پن استعمال نہ کریں۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ نام اور شہر کا نام یا مکمل پتہ اور اپنا موبائل فون نمبر خط کے آخر میں ضرور تحریر کریں۔

چار بڑے آپریشن اور کمزوری: میرے چار بچے بڑے آپریشن سے ہوئے، آخری آپریشن پانچ سال پہلے ہوا تھا اس کے بعد سے شدید کمزوری ہے۔ چکرا چکرا کے گرتی ہوں، کئی بار زخمی ہوگئی، صبح بستر سے اٹھ کر کھڑی نہیں ہوسکتی۔ دوپہر کو سو جاؤں تو مغرب تک سوئی رہتی ہوں، پھر بھی اٹھنا مشکل ہوتا ہے۔ ڈاکٹر کیلشیم آئرن کی کمی بتاتے ہیں، آئرن کی گولیوں سے ری ایکشن ہونے لگا ہے۔ کیلشیم سے گردے میں کنکری بن گئی تھی جو خربوزہ کھانے سے اب نکل گئی۔ **(انعم، راولپنڈی)**

مشورہ: عمدہ اعلیٰ قسم کا رس والا تازہ سیب پانی سے دھو کر کھائیں یا رس نکال کر پئیں۔ یہ تدبیر روزانہ غذا کے بعد دوپہر اور ناشتہ کے ساتھ ہی مفید ہے۔ ایک ماہ کے بعد دوبارہ کیفیت لکھیں۔

قبض اور گیس: میری عمر 19 سال ہے پیٹ میں بل پڑتے ہیں اکثر قبض اور گیس ہوجاتی ہے اجابت میں خون آجاتا ہے ریشہ آتا ہے، دن میں چار پانچ مرتبہ واش روم جانا پڑتا ہے، آپ کے مشورے سے جوارش عود شیریں کھائی، اس سے مجھے پچاس فیصد آرام ہے، کیا یہی دوا اور کھاؤں یا دس دن سے زیادہ نہیں کھانی۔ **(احسان اللہ، کوئٹہ)**

مشورہ: مستقل شفایابی تک جوارش عود شیریں کھاتے رہیں دو تین ہفتے میں مستقل شفایابی ہوجائے گی۔

دوا کھائی اور ری ایکشن شروع: میری عمر 25 سال ہے، اکسیر جگر اور ایک کمپنی کی قرص ملین کھانے سے منہ میں چھالے نکل آئے جسم سوکھ گیا، سر میں خشکی ہوگئی بال دوشاخے ہوگئے اور گرنے لگے، قبض بھی ہے۔ **(صباح نزارت)**

مشورہ: دونوں وقت جوارش شاہی چھ گرام غذا کے بعد کھائیں، مفرح بارد چھ گرام صبح وشام کھائیں، کتھا، طباشیر، چھوٹی الائچی کے دانے باریک پیس کر چھالوں پر چھڑکیں۔ سوتے وقت اسپغول کی بھوسی دودھ میں حل کرکے پئیں۔ تین ہفتے کے بعد دوبارہ لکھیں۔ انشاء اللہ فائدہ ہوگا۔

ہاتھوں کی جلن: مجھے ملیریا بخار ہوا تھا۔ شروع میں تو پتہ نہیں چلا کہ یہ ملیریا ہے بہت ٹیسٹ ہوئے ملیریا نہیں تھا، اس لئے ٹائیفائیڈ کے کورس ہوتے رہے، پھر ڈاکٹروں کی سمجھ نے جواب دے دیا مگر پھر بھی وہ صرف بخار اتارنے کی دوائیں دیتے رہے۔ بالآخر ایک تجربہ کار ڈاکٹر نے ملیریا کورس کروایا جس سے ہفتہ بھر میں شفاء من جانب اللہ ہوگئی مگر ہاتھوں کی جلن نے پریشان کیا ہوا ہے۔ سخت سردی میں بھی ہاتھوں پاؤں کو ٹھنڈے پانی میں رکھنا پڑتا ہے۔ **(مشعل۔ کراچی)**

مشورہ: غذا کے بعد دونوں وقت آڑو کھائیں، آڑو کا موسم نہ ہو تو گنا چوسیں، انڈا، گوشت، مرغ، مچھلی استعمال نہ کریں۔ تین ہفتے کے بعد دوبارہ لکھیں۔

قطرے آنے کی شکایت: مجھے پیشاب کے بعد قطرے آنے کی شکایت ہے اس کی وجہ سے میں نماز کی پابندی نہیں کرسکتا ہوں، ساتھ ساتھ کمزوری کی بھی شکایت ہے جسم ہڈیوں کا ڈھانچہ بن گیا ہے ٹھنڈی چیزیں میں کھا ہی نہیں سکتا۔ اگر غلطی سے کھالوں تو بخار شروع ہوجاتا ہے گرمیوں میں بھی سردی لگتی ہے ہڈیوں میں بھی درد رہتا ہے۔ **(توقیل، رحیم یار خان)**

مشورہ: عمدہ بنا ہوا بادام کا حلوہ کھائیں، صبح توے کی گرم روٹی پر خالص گھی لگا کر کھائیں، ٹھنڈی اور کھٹی چیزیں بالکل نہ کھائیں۔

امراض معدہ میں مبتلا: میری طبیعت اکثر خراب رہتی ہے، مجھے اکثر گیس ہوجاتی ہے سر میں شدید درد کے باعث چکر آتے ہیں دو سال سے معدے میں تھوڑا بہت درد ہوتا ہے پسلیوں کے نیچے معدہ کے منہ والی جگہ اور کبھی کبھار پیچھے والی جگہ پر درد اور چبھن ہوتی ہے، بھوک ہر وقت لگتی ہے ٹائم پر کھانا نہ ملنے پر گھبراہٹ اور طبیعت بوجھل ہوتی ہے، یعنی معدہ خالی ہونے کی صورت میں گھبراہٹ اور طبیعت خراب رہتی ہے۔ **(فضیلہ، لاہور)**

مشورہ: اسپغول کی بھوسی دو چمچ رات کو سوتے وقت ایک گلاس دودھ میں ملا کر پی لیں۔ صبح ناشتہ میں دلیہ کھائیں، دوپہر، رات کو کدو، توری، لوکی، مولی، شلجم پکا کر روٹی سے کھائیں۔ مرچ مصالحے اور کھٹائی سے پرہیز کریں۔

سانس لینے میں دشواری: مجھے سانس کی تکلیف ہے، سانس لینے میں کافی دشوار ہوتی ہے، سردیوں میں یہ تکلیف بڑھ جاتی ہے۔ **(ایم۔ کے، شاہکوٹ)**

مشورہ: لعوض صنوبر ایک ایک چمچ آدھ کپ گرم پانی میں ملا کر صبح وشام پی لیں۔ ٹھنڈی اور کھٹی چیزوں سے پرہیز رکھیں۔

افاقہ نہیں ہوتا: مجھے تقریباً دو تین سالوں سے الرجی کی شکایت ہے کھجانے سے سرخ دھبے بن جاتے ہیں، گرمیوں میں یہ مرض شدت اختیار کرجاتا ہے، بہت ساری دوائیاں استعمال کیں لیکن افاقہ نہیں ہوا۔ **(احمد علی، شیخوپورہ)**

مشورہ: شربت نیلوفر ایک ایک اونس آدھ گلاس پانی میں ملا کر صبح وشام پی لیں۔ گرم مصالحے، مرچ، گوشت سے پرہیز کریں۔

چہرے سے آگ نکلتی ہے: میرے جسم میں بہت زیادہ گرمی ہے، چہرے پر پیپ والے دانے نکلتے ہیں۔ ہاتھ لگانے سے درد کرتے ہیں اور چہرے سے آگ سی نکلتی ہے، سارا جسم گرم رہتا ہے پنکھے میں بھی گرمی لگتی ہے، ٹھنڈی سبزیاں اور ٹھنڈے مشروبات بھی استعمال کررہی ہوں مگر پھر بھی گرمی محسوس ہوتی ہے۔

مشورہ: شربت عناب اور شربت نیلوفر ایک ایک اونس آدھ گلاس پانی میں ملا کر صبح وشام پی لیں۔ غذا میں کدو، توری، لوکی، مولی، شلجم، گاجر، کھیرا پکا کر روٹی سے کھائیں۔ گرم چیزوں سے پرہیز رکھیں۔

بچپن سے نزلہ زکام: عرصہ ایک سال سے سر میں درد رہتا ہے، دماغ ہلتا محسوس ہوتا ہے، بچپن میں مجھے اکثر نزلہ زکام رہتا تھا۔ اس سر درد کی وجہ سے میں بہت پریشان ہوں، کمپیوٹر دیکھوں یا کتاب پڑھوں تو سر میں درد شروع ہوجاتا ہے۔ **(محمد بلال، لاہور)**

مشورہ: پورے اجزاء سے بنا ہوا خمیرہ گاؤزبان عنبری جواہر والا چھ گرام کھائیں، صبح ناشتہ میں خالص اصلی مکھن توس پر لگا کر کھائیں، روزانہ سات دانے بادام، بیس دانے کشمش بھی کھائیں۔ ٹی وی اور کمپیوٹر کا استعمال کم کریں، دماغ کو آرام دینے کی کوشش کریں، سر پر روغن لبوب سبعہ کی ہر روز مالش کریں۔

عبقری کا ٹوٹکہ آزمایا اور فوری آرام آیا

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! میں عبقری رسالہ بڑے شوق سے پڑھتی ہوں' میرے میاں اور میں درس گھر میں سنتے ہیں' میرے میاں نماز اور قرآن نہیں پڑھتے تھے درس کی برکت سے اب اعمال اور نماز کی طرف آگئے ہیں۔ میرا معدہ ہر وقت خراب رہتا تھا' ادویات کھا کھا کر تھک گئی تھی۔ عبقری میں ایک دفعہ ایک ٹوٹکا چھپا' میں نے بنایا اور کھایا تو اللہ نے مجھے صحت دیدی۔ ٹوٹکہ یہ تھا: ایک پاؤ چینی' ایک چھٹانک میٹھا سوڈا اور ایک تولہ ست پودینہ تینوں مکس کرکے پھکی بنالیں اور کھانے کے بعد آدھا چمچ کھائیں۔ درس میں سن کر اعمال کیے تو ہماری مونجی ڈیڑھ لاکھ کی بک گئی جو کہ پہلے لاکھ کی بھی نہ بکتی تھی۔ (ساجدہ پروین)

عادل جج بننے کا عمل: ایسے جج جو چاہتے ہیں کہ وہ ہمیشہ انصاف کریں کسی کے ساتھ زیادتی نہ ہو تو انہیں چاہیے کہ اسم یَامُقْسِطُ ایک سو مرتبہ پڑھنے کا معمول بنالے ان شاء اللہ کسی کے ساتھ غیر منصفانہ سلوک نہ ہوگا۔

میری زندگی کیسے بدلی؟

قارئین! حضرت جی! کے درس موبائل (میموری کارڈ) نیٹ وغیرہ پر سننے سے لاکھوں کی زندگیاں بدل رہی ہیں انوکھی بات یہ ہے چونکہ درس کے ساتھ اسم اعظم پڑھا جاتا ہے جہاں درس چلتا ہے وہاں گھریلو الجھنیں حیرت انگیز طور پر ختم ہوجاتی ہیں آپ بھی درس سنیں خواہ تھوڑا سنیں روز سنیں' آپ کے گھر گاڑی میں ہر وقت درس ہو۔

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! میں نے اس خط میں اپنی زندگی کے راز لکھے ہیں۔ میں عبقری میں آئے اعمال بھی کررہا ہوں اور درس بھی سن رہا ہوں۔ محترم حضرت حکیم صاحب! آج آپ کو اپنی زندگی کا ایک ایسا راز بتانے لگا ہوں جس کو اللہ رب العزت کے سوا کوئی نہیں جانتا۔ یہ خط تو میں آج لکھ رہا ہوں مگر عبقری سے میں بہت عرصہ سے فیض لے رہا ہوں۔ اب میں آپ کو اپنی گزشتہ زندگی کے ننگے اور گندے حالات لکھتا ہوں۔ مجھے پتہ نہیں کیوں اور کیسے ننگی دنیا کا شکار ہوگیا' میرے دوست تو ایسے نہیں تھے اور اس وقت میری عمر بھی صرف 14 سال تھی' شروع شروع میں تو اس کے بارے میں پتہ بھی نہیں تھا لیکن جیسے جیسے وقت گزرتا گیا اس کا پتہ چلا لیکن پتہ تب چلا جب میں بہت دور پہنچ چکا تھا۔ مجھے نہیں نا معلوم کیا ہوا سب کچھ جانتے ہوئے بھی کہ یہ برا ہے میں نے اپنے آپ کو اس دنیا کے آگے بے بس پایا۔

میں ابھی آٹھویں یا نویں جماعت میں تھا تو مجھے بہت مار پڑتی' ٹیچر بھی بہت سخت اور والدہ بھی بہت سخت تھیں۔ میں نے بے ہودہ فلمیں دیکھنا شروع کردیں' دیکھنے کے بعد میرا ضمیر مجھے بہت ملامت کرتا' اللہ سے دعا کی' استغفار کیا کہ اب نہیں دیکھوں گا اور دل سے پکا ارادہ کیا کہ اب تو بالکل نہیں دیکھوں مگر پتہ نہیں کون سی ایسی طاقت تھی جو سب وعدے توڑ دیتی تھی اور میں پھر وہی کام کرتا پھر وہی کام کرتا اور پھر وہی کام کرتا۔ وہ شیطانی چیز گھر میں ٹی وی کے نام پر' کمپیوٹر کے نام پر' نیٹ کے نام پر' موبائل کے نام پر موجود تھی۔ اس سب کے باوجود میں نے میٹرک بہت اچھے نمبروں سے پاس کیا۔

دن رات غلط کام کرنے کی وجہ سے میری صحت خراب ہونا شروع ہوگئی میں جریان اور احتلام کے مرض میں مبتلا ہوگیا' میرے سر کے بال گرنے لگے' میرا دل اتنی زور سے دھڑکتا ہے کہ ابھی باہر آجائے گا۔ میں بہت کمزور ہوگیا' یرقان تو پہلے کا تھا' ذہن میں غلط خیالات آنے' دل گندا' دماغ گندا' سوچ گندی ہوگئی تھی۔ بات بات پر غصہ آتا' میں زندگی سے تنگ آچکا تھا' کیونکہ پہلے تو اپنی مرضی سے یہ کام دیکھتا اور کرتا تھا لیکن بعد میں پتہ چلا اور ساتھ اس کا صلہ بھی ملا بیماری کے نام پر۔ لیکن نہ چاہتے ہوئے بھی اس کا شکار ہوجاتا لیکن جب سے توبہ کی تب سے میرا ضمیر اتنی ملامت کرتا کہ ابھی زمین پھٹ جائے اور میں اس کے اندر چلا جاؤں۔ ایسا لگتا کوئی طاقت ہے جو اس طرف لے کر جاتی ہے اور میں اس کے سامنے بے بس ہوں۔

مجھے عبقری ملا اور عبقری میں ٹوٹکے اور وظیفے ملے' اعمال شروع کیے۔ دو انمول خزانہ ملے وہ پڑھنا شروع کیا۔ حضرت حکیم صاحب! دو انمول خزانے میں 2013 کے آخر سے پڑھ رہا ہوں' دو انمول خزانے سے بہت فائدہ ملا۔ عبقری میں تین گھونٹ پانی والا عمل پڑھا وہ آزمایا میرے سر کے بال گرنا بند ہوگئے۔ عبقری میں پڑھا جریان کیلئے چائے پینا چھوڑ دیں میں نے چائے بھی چھوڑ دی' اچار وغیرہ بھی چھوڑ دیا' تین گھونٹ والا عمل اس کیلئے بھی آزمایا اور نماز میں سورۂ الم نشرح اور سورۂ فیل والا عمل کیا۔ آہستہ آہستہ جریان کا مرض بھی ختم ہوگیا۔ عبقری میں یَارَافِعُ والا عمل کیا کہ اس کا مسلسل پڑھنے سے غلط عادات چھوٹ جاتی ہیں۔ میں نے ٹی وی کیلئے کیا چالیس دن تک' کچھ ہی عرصہ میں ٹی وی خراب ہوگیا' کمپیوٹر پہلے ہی خراب کرچکا تھا اور میں سمجھا کہ اب شیطانی چیزیں میں نے ختم کردی ہیں اب میں یہ کام نہیں کروں گا۔

2014ء کے آخر سے آپ کا درس سن رہا ہوں ایک سکون ملا ایک اپنا پن محسوس ہوا اور کچھ اپنا اپنا سا لگنے لگا۔ اب میری عمر 20 سال ہوچکی تھی لیکن احتلام نے میرے گناہوں کی طرح مجھے پوری سزا دی' اس بیماری نے ٹینشن کے نام پر پریشانی کے نام پر بہت تکلیف دی۔ میرا معدہ بچپن سے خراب تھا عبقری میں سے روحانی پھکی کا پڑھ کر استعمال کی اس سے معدہ کا مسئلہ مکمل حل ہوگیا اور ابھی تک دوبارہ نہیں ہوا۔ درس سننے کے بعد میں نے نماز میں رو رو کر اللہ سے معافی مانگی اپنے گناہوں کا سوچ کر بات بات پر رونے کو دل کرتا اور روتا تھا کیونکہ وہ گناہ (ننگی وگندی دنیا) میں کرتا نہیں تھا' مجبوراً مجھ سے ہوتا تھا میں عاجز آچکا تھا میری ٹینشن اور بیماری عروج پر تھی اللہ کی قدرت میرا موبائل بھی خراب ہوگیا سب کچھ خراب ہوگیا لیکن پھر بھی کسی نہ کسی ذریعے سے اس کا شکار ہوجاتا۔ 15-5-25 وہ تاریخ ہے جب ''میری زندگی بدلی''۔ میں نے اللہ سے سچی توبہ کی اور تمام برے کام چھوڑ دیئے۔ نیٹ پر آپ کے درس سنے اس میں جو آپ نے اعمال بتائے تھے وہ کیے جس میں واش روم کی دعا' روحانی غسل' واش روم کو تفصیل سے صاف کرنا اور یَاحَفِیْظُ یَاسَلَامُ والا عمل یہ سب میں نے شروع کیے۔

محترم حضرت حکیم صاحب! میری زندگی سے ننگی دنیا کا باب ختم ہوچکا ہے' میں اپنے آپ کو ننگی دنیا سے چھٹکارا دلانا ناممکن سمجھتا تھا لیکن درس کی برکت سے ایسا لگا جیسے مکھن سے بال نکلا ہو۔ یہ سب درس کی برکت سے ہوا' آپ سے بیعت آپ کی دعا اور اعمال کی وجہ سے ہوا۔ اس بار رمضان بھی بہت اچھا گزرا' بہت دعائیں کیں' کوئی موقع نہیں چھوڑا' جب دعائیں نہ کی ہوں' میری سب دعائیں قبول ہوئیں۔ اس دوران کمپیوٹر بھی ٹھیک کرلیا' موبائل بھی نیا لے لیا' نیٹ بھی ہے لیکن اب ننگی دنیا ختم ہوگئی ہے۔ ایسا لگتا ہے کہ جیسے کبھی کچھ ہوا ہی نہیں۔ محترم حضرت حکیم صاحب! آپ کا بہت شکریہ میرے پاس الفاظ نہیں بس کہ میں آپ کا شکریہ کیسے ادا کروں' اس کا صلہ آپ کو اللہ ہی دے گا۔ آپ کے درس نہ ہوتے تو نا معلوم میں اس وقت کہاں ہوتا۔ میں آپ کے اور آپ کی نسلوں کیلئے دعا گو ہوں۔

میری زندگی کیسے بدلی؟

قارئین! اگر آپ کے اردگرد معاشرے میں کوئی ایسا ہی بھٹکا ہوا خدا کا بندہ یا بندی سیدھے راستے پر آئی ہے تو آپ ضرور ضرور اس کے راہ راست پر آنے کا مکمل واقعہ لکھ کر ایڈیٹر عبقری کو بھیجیں۔ **آپ کی لکھی ہوئی تحریر مکمل نام پتہ اور جگہ تبدیل کرکے لکھی جائے گی۔** عبقری رسالہ ہر مکتبہ فکر کے ہاں پڑھا جاتا ہے کیا معلوم آپ کی لکھی ہوئی تحریر سے کوئی اندھیری غلیظ گلیوں کو چھوڑ کر نورانی اعمال پر آجائے اور یہ آپ اور آپ کی نسلوں کیلئے صدقہ جاریہ بن جائے۔

بال لمبے کرنے کا آسان طریقہ

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! میرے پاس بال لمبے کرنے کا ایک شاندار طریقہ ہے جو درج ذیل ہے:۔

ھوالشافی: ایلوویرا (کنوار گندل) کے پتے کو درمیان سے کاٹ کر دونوں میں میتھی کے دانے ڈال کر تین دن چھاؤں میں رکھیں اور پھر اسے گرینڈ کرلیں' کڑوے تیل میں کسٹر آئل مکس کرکے لگائیں۔ نیز انڈا' دہی بالوں میں ایک مہینہ یا ہفتہ میں ایک دن ضرور لگائیں۔ (م۔م بھکر)

فرسٹ پوزیشن حاصل کرنے کا خاص آزمودہ عمل

اس کی برکت سے پیپر اچھے ہونے لگے مگر تین پیپر تھوڑے کمزور ہوئے تھے۔ رزلٹ ایسا شاندار ملا کہ میں حیران و ششدر رہ گیا۔ میں حیرانی کے عالم میں دوستوں سے کہتا تھا کہ میرے نام اور رول نمبر کے سامنے احتیاط سے دیکھو کسی اور کا رزلٹ نہ ہو۔

فرسٹ پوزیشن حاصل کرنے کا خاص عمل

اَللّٰھُمَّ نَوِّرْ قَلْبِیْ بِعِلْمِكَ وَاسْتَعْمِلْ بَدَنِیْ بِطَاعَتِكَ وَبَارِكْ وَسَلِّمْ

ایک دفعہ ماہنامہ عبقری میں پرنسپل (ر) غلام قادر ہراج صاحب کا مضمون چھپا تھا جس میں مذکورہ دعا کے کرشمے بیان کیے گئے تھے۔ فقیر کا شعبہ بھی تعلیم و تدریس ہی ہے۔ جب یہ مضمون پڑھا تو اس سے اگلے دن کلاس میں حاضری سے پہلے دعائے مذکورہ طالب علموں کو پڑھانا شروع کردی' آہستہ آہستہ اس کے نتائج آنا شروع ہوگئے۔ کمزور طالب علم بھی پڑھائی میں دلچسپی لینے لگے اور ساتھ ساتھ مؤدب بھی ہونے لگے۔ خیر امتحان بھی بورڈ کا تھا۔ اللہ کا کرنا ایسا ہوا کہ تمام بچے پاس ہوئے اور سترہ بچوں نے وظیفہ حاصل کیا۔ اتنے اچھے رزلٹ پر محکمہ کی طرف سے سکول کو تو یعنی سرٹیفکیٹ ملا اور 61 ہزار روپے نقد انعام بھی ملا جو کہ تمام اساتذہ میں تقسیم کردیا گیا یہ سب اس دعا کی برکت تھی۔

اس کے بعد میں نے خود ایم اے کا امتحان دیا اور مذکورہ دعا کتاب کھولنے سے پہلے بڑے اہتمام سے پڑھنا شروع کیا اور جب تک سوالنامہ نہیں آتا تھا ایسے بیٹھا پڑھتا رہتا تھا اور اس کی برکت سے پیپر اچھے ہونے لگے مگر تین پیپر تھوڑے کمزور ہوئے تھے۔ رزلٹ ایسا شاندار ملا کہ میں حیران و ششدر رہ گیا۔ میں حیرانی کے عالم میں دوستوں سے کہتا تھا کہ میرے نام اور رول نمبر کے سامنے احتیاط سے دیکھو کسی اور کا رزلٹ نہ ہو اور وہ بار بار کہہ رہے تھے کہ تمہارا ہی رزلٹ ہے اور تم نے فرسٹ ڈویژن حاصل کی ہے۔ یہ سب اللہ کا کرم اور اس دعا کا کرشمہ تھا۔

پھر نئی کلاس ملی اور اسے پڑھانا شروع کیا اب میری کلاس کے بچوں کو یہ دعا زبانی یاد ہے جب کلاس کے کمرہ میں داخل ہوتا ہوں بچے یہ کہنا شروع کردیتے ہیں کہ ''استاد صاحب! میں نے دعا پڑھ لی ہے' میں نے دعا پڑھ لی ہے'' اس دعا کی برکت سے بچوں کا ذہن بھی تیز ہوتا ہے اور ادب کا اضافہ ہوتا ہے یعنی مؤدب ہوجاتے ہیں۔ دعا کا طریقہ: اول و آخر درود شریف درمیان میں سات بار مذکورہ دعا' چھ بار تو یہ دعا بطاعتك تک اور ساتویں بار وبارک وسلم ساتھ پڑھنا ہے۔ **(محمد ایوب شاہد تلمو اتونسہ شریف)**

ایک بیوہ کی دعا

ایک بیوہ نے خود یہ واقعہ سنایا اور اس نے کہا کہ جو دعا دل سے نکلتی ہے اللہ تعالیٰ اس کو ضرور پورا فرماتے ہیں۔ کہا کہ میری شادی کو ابھی دس سال گزرے کہ میری زندگی کا چراغ بجھ گیا' میرا شوہر مجھے ہمیشہ کیلئے چھوڑ کر دارالبقا چلا گیا' چار بیٹیاں اور ایک بیٹا مجھے دے کر خدا حافظ کہہ گیا۔ اب میں نے بچوں کی پرورش کی وجہ سے دوسری شادی نہ کی۔ میرا سب سے چھوٹا بیٹا تھا' والد کی وفات کے وقت میرے بیٹے کی عمر تقریباً ایک سال تھی' میرا بیٹا مجھے بہت پیارا تھا اس کے لیے میں کیا کچھ نہ کرنا چاہتی۔ کچھ بڑا ہوا' بولنے' کھانے پینے کی مکمل سمجھ رکھ رہا تھا۔ ہمارے گھر میں ایک درخت میں ایک شہد کا چھتہ لگا ہوا تھا۔ میرا بیٹا اس کو دیکھ کر روزانہ مجھے کہتا تھا کہ امی مجھے یہ شہد کھلاؤ۔ مجھے بیٹا ویسے بھی بہت پیارا پھر اس کے یہ نخرے اور اتنے پیار سے شہد کا مانگنا میں نے مجبور ہوکر اپنے رشتے دار کے بیٹے کو بلایا اور کہا کہ یہ شہد اتار کر مجھے دے جب وہ درخت پر چڑھا تو میرا دیور آیا اور اس نے کہا کہ یہ شہد مشترکہ ہے تو اکیلی اس کو کیسے کھائے گی اور اس آدمی کو ڈانٹ کر' پیٹ کر' درخت سے اتار دیا۔ مجھے اس بات سے بہت دکھ ہوا اور بہت روئی۔ ادھر میرا اکلوتا بیٹا رو رہا تھا اور ادھر دیور کا ظلم اور تیسری بات کہ میں بیوہ! میں نے بہت رو کر اللہ تعالیٰ سے عرض کیا کہ اے میرے رب! مجھ بیوہ کا تیرے سوا کون ہے؟ میرا بچہ شہد کیلئے رو رہا ہے' مجھ سے برداشت نہیں ہوتا' میں نے رو رو کر دعا کی اور اس کے بعد فوراً اپنے گھر کی چھت پر کسی کام کیلئے چڑھی تو کیا دیکھتی ہوں کہ سامنے دیوار کے ساتھ اچھا خاصا شہد کا چھتہ پڑا ہے میں بھاگ کر نیچے گئی تھال لائی اور تھال میں شہد کا چھتہ بھر لائی۔ لاکر اپنے بیٹے کے سامنے رکھ دیا جو تقریباً تین ماہ تک میرا بیٹا کھاتا رہا۔ میں یہ بات واضح کرتی چلوں کہ تقریباً دو گھنٹے پہلے میں چھت پر گئی تھی وہاں کسی چھتے کا نام و نشان نہیں تھا۔ میرے رب نے میری فوری دعا قبول کی۔ اللہ تبارک و تعالیٰ کا مجھ پر خاص کرم ہوا۔ **(سلیم اللہ سومرو' کنڈیارو)**

مولانا وحیدالدین خاں

رواجی ذہن

اس نے خواب میں دیکھا کہ کسی وحشی قبیلہ کے آدمیوں نے اس کو پکڑ لیا ہے اور اس کو حکم دیا ہے کہ وہ چوبیس گھنٹہ کے اندر سلائی کی مشین بنا کر تیار کرے۔

الیس ہووے امریکہ کے مشہور شہر مساچوسٹس کا ایک معمولی کاریگر تھا۔ وہ 1819 میں پیدا ہوا اور صرف 48 سال کی عمر میں اس کا انتقال ہوگیا۔ مگر اس نے دنیا کو ایک ایسی چیز دی جس نے کپڑے کی تیاری میں ایک انقلاب پیدا کردیا۔ یہ سلائی کی مشین تھی جو اس نے 1845ء میں ایجاد کی۔

الیس ہووے نے جو مشین بنائی اس کی سوئی میں دھاگہ ڈالنے کیلئے ابتداء میں سوئی کی جڑ کی طرف چھید ہوتا تھا جیسا کہ عام طور پر ہاتھ کی سوئیوں میں ہوتا ہے۔ ہزاروں برس سے انسان سوئی کی جڑ میں چھید کرتا آرہا تھا۔ اس لیے الیس ہووے نے جب سلائی مشین تیار کی تو اس میں بھی عام رواج کے مطابق اس نے جڑ کی طرف چھید بنایا۔ اس کی وجہ سے اس کی مشین ٹھیک کام نہیں کرتی تھی۔ شروع میں وہ اپنی مشین سے صرف جوتا سی سکتا تھا کپڑے کی سلائی اس مشین پر ممکن نہ تھی۔ الیس ہووے ایک عرصہ تک اس ادھیڑ بن میں رہا مگر اس کی سمجھ میں اس کا کوئی حل نہیں آتا تھا۔ آخر کار اس نے ایک خواب دیکھا۔ اس خواب نے اس کا مسئلہ حل کردیا۔ اس نے خواب میں دیکھا کہ کسی وحشی قبیلہ کے آدمیوں نے اس کو پکڑ لیا ہے اور اس کو حکم دیا ہے کہ وہ چوبیس گھنٹہ کے اندر سلائی کی مشین بنا کر تیار کرے۔ ورنہ اس کو قتل کردیا جائے گا۔ اس نے کوشش کی مگر مقررہ وقت میں وہ مشین تیار نہ کرسکا۔ جب وقت پورا ہوگیا تو قبیلہ کے لوگ اس کو مارنے کے لیے دوڑ پڑے۔ ان کے ہاتھ میں برچھا تھا۔ ہووے نے غور سے دیکھا تو ہر برچھے کی نوک پر ایک سوراخ تھا۔ یہی دیکھتے ہوئے اس کی نیند کھل گئی۔ ہووے کو آغاز مل گیا۔ اس نے برچھے کی طرح اپنی سوئی میں نوک کی طرف چھید بنایا اور اس میں دھاگا ڈالا۔ اب مسئلہ حل تھا۔ دھاگے کا چھید اوپر ہونے کی وجہ سے جو مشین کام نہیں کررہی تھی وہ نیچے کی طرف چھید بنانے کے بعد بخوبی کام کرنے لگ گئی۔ ہووے کی مشکل یہ تھی کہ وہ رواجی ذہن سے اوپر اٹھ کر سوچ نہیں پاتا تھا' وہ سمجھ رہا تھا کہ جو چیز ہزاروں سال سے چلی آرہی ہے وہی صحیح ہے' جب اس کے لاشعور نے اس کو تصویر کا دوسرا رخ دکھایا اس وقت وہ معاملہ کو سمجھا اور اس کو فوراً حل کرلیا جب آدمی اپنے آپ کو ہمہ تن کسی کام میں لگا دے تو وہ اسی طرح اس کے رازوں کو پالیتا ہے جس طرح مذکورہ شخص نے پالیا۔

طاعون کی بیماری کا مہندی سے علاج: طاعون کی بیماری میں مہندی بہت فائدہ دیتی ہے اس کے لیے دو تولہ مہندی کے پتے رگڑ کر گلاس پانی میں ڈال کر پینے چاہیے۔ ٹوٹکہ کچھ عرصہ مستقل مزاجی سے استعمال کریں۔

شوہر آپ کی توجہ چاہتا ہے!

افشاں اقبال، فیصل آباد

ہر شخص کا اپنا ایک مزاج اور اپنی دلچسپیاں ہوتی ہیں۔ پھر یہ بھی ہے کہ مردوں اور خواتین کے مشاغل اور ان کی پسند و ناپسند میں فرق ہوتا ہے۔ اس لئے اگر شوہر کسی وقت ٹی وی پر خبریں دیکھنا چاہے یا کرکٹ میچ دیکھنے کا خواہشمند ہو تو اس بات کو تنازع کی وجہ نہ بنائیں

شاید ہی کوئی ایسی خوش قسمت جوڑی ہو کہ جسے اپنی شادی شدہ زندگی میں خوشگواریت پیدا کرنے کیلئے تگ و دو نہ کرنی پڑے۔ ورنہ سچ تو یہ ہے کہ گھر بنانے کیلئے صرف عورت ہی کو نہیں بلکہ مردوں کو بھی کچھ نہ کچھ قربانی دینی پڑتی ہے اور بیشتر معاملات میں باہمی سمجھوتے سے کام لینا پڑتا ہے۔ اس کی وجہ یہی ہے کہ الگ الگ ماحول میں پروان چڑھنے والے دو مختلف مزاج افراد جب ایک چھت تلے اکٹھے ہوتے ہیں تو زندگی بھر کا ساتھ نبھانے کیلئے انہیں افہام و تفہیم سے کام لینا ہی پڑتا ہے۔ تاہم یہ بھی حقیقت ہے کہ وقت کے ساتھ بہت کچھ بدل جاتا ہے لہٰذا ہر دور کے تقاضے الگ ہوتے ہیں۔ نیا دور نئے تقاضے کے مصداق ازدواجی زندگی کے مسائل اور ان سے نمٹنے کے انداز بھی اب تبدیل ہو گئے ہیں۔ اپنی شادی شدہ زندگی کو خوشگوار بنانے کیلئے آپ کو کن باتوں کا خیال رکھنے کی ضرورت ہے۔ آیئے دیکھتے ہیں!

تحمل سے کام لیں: خواتین کے مزاج میں جلد بازی کا عنصر زیادہ ہوتا ہے لہٰذا وہ ہر مسئلے کو فوری طور پر نمٹا لینا چاہتی ہیں۔ یہ ٹھیک ہے کہ بیشتر کاموں کو ٹالنا اچھا نہیں ہوتا لیکن میاں بیوی کے درمیان کسی بات پر اختلاف پیدا ہو جائے تو اسے حل کرنے کیلئے تحمل سے کام لینے کی ضرورت پیش آتی ہے۔ ماہرین نفسیات کی رائے کہ اگر کسی مسئلے پر اختلاف رائے پیدا ہو جائے تو اسے دور کرنے کیلئے تھوڑا وقت دیں۔ اس طرح آپ کا غصہ ٹھنڈا ہو جائے گا اور آپ تحمل کے ساتھ اس بارے میں کوئی فیصلہ کرنے کے قابل ہو جائیں گے۔ جلد بازی میں کیے گئے فیصلے کبھی اچھے ثابت نہیں ہوتے۔

ہر جگہ ساتھ جانا ضروری نہیں: بیویوں کا عموماً یہ خیال ہوتا ہے کہ ہمہ وقت شوہر کے ساتھ رہنے سے محبت بڑھتی ہے یہی وجہ ہے کہ کہیں بھی جانے کا سوال آئے تو ان کی ضد یہی ہوتی ہے کہ شوہر ساتھ چلے یا کم از کم ڈراپ کرنے ضرور جائے۔ یا اگر اسے اپنے حلقہ احباب میں جانا ہو تب بھی بیوی کو ضرور ساتھ لے جائے لیکن درحقیقت یہ بالکل بھی ضروری نہیں کہ آپ ہمہ وقت ایک دوسرے کے اعصاب پر سوار رہیں کیونکہ ہر شخص کی دلچسپیاں الگ ہوتی ہیں۔ اس طرح بجائے محبت بڑھنے کے بیزاری جنم لیتی ہے اور پھر بات بات پر تلخی پیدا ہونے کا امکان رہتا ہے۔ اگر آپ کو میکے جانا ہو یا کسی دوست کے گھر ملنے جانا ہو تو خود چلی جائیں۔ اسی طرح شوہر کو اپنے دوستوں اور رشتہ داروں میں اکیلے جانے سے نہ روکیں۔

بینک اکاؤنٹ الگ رکھیں: ازدواجیات کے بیشتر ماہرین کا خیال ہے کہ روپے، پیسے کے معاملات میاں بیوی کے درمیان اکثر و بیشتر اختلاف کا سبب بنتے ہیں۔ خصوصاً آج کی عورت خود مختار رہنا چاہتی ہے، اس لئے بہتر یہی ہے کہ جوائنٹ اکاؤنٹ کے بجائے اپنے اپنے بینک اکاؤنٹ الگ رکھیں تاکہ کسی جھگڑے کا امکان نہ رہے۔ ہوسکتا ہے اس بارے میں بہت سے لوگوں کا خیال یہ ہو کہ الگ بینک اکاؤنٹس رکھنے کا مطلب دراصل ایک دوسرے پر بے اعتمادی کا اظہار ہے لیکن عقل بہر حال یہی کہتی ہے کہ پیسہ وہی جو آپ کے ہاتھ میں ہو! سو، اگر آپ اپنی سیونگ اپنے اختیار میں رکھنا چاہتی ہیں تو اس میں کوئی برائی نہیں۔ مگر اس کو وجہ تنازع ہرگز نہ بنائیں۔

ایک ساتھ شاپنگ نہ کریں: زیادہ تر مرد بیویوں کے ساتھ شاپنگ کیلئے جاتے ہوئے گھبراتے ہیں۔ انہیں عموماً یہ شکایت ہوتی ہے کہ عورتیں شاپنگ میں بہت زیادہ وقت لگاتی ہیں اور بہت سی ایسی چیزیں خریدنے میں وقت اور پیسہ ضائع کر دیتی ہیں جن کی انہیں خاص ضرورت بھی نہیں ہوتی۔ پھر بے چارے شوہر کو ڈھیر سارے شاپنگ بیگز لاد کر دیر تک ان کے ساتھ گھومنا پڑتا ہے۔ ان سب باتوں کو پیش نظر رکھتے ہوئے کیا یہ بہتر نہیں کہ آپ شوہر کے ساتھ شاپنگ پر جائیں جو خود بھی شاپنگ کی شوقین ہو اور مزے سے آپ کے ساتھ گھومتے ہوئے شاپنگ کے بارے میں آپ کو مفید مشورے بھی دیتی جائے۔ اس طرح آپ شوہر کی باتیں سننے سے بھی بچ جائیں گی اور ہر چیز خریدتے وقت ان کی ناراضی کا ڈر بھی نہیں ہوگا۔

ایک دوسرے کی دلچسپیوں کا احترام کریں: ہر شخص کا اپنا ایک مزاج اور اپنی دلچسپیاں ہوتی ہیں۔ پھر یہ بھی ہے کہ مردوں اور خواتین کے مشاغل اور ان کی پسند و ناپسند میں فرق ہوتا ہے۔ اس لئے اگر شوہر کسی وقت ٹی وی پر خبریں دیکھنا چاہے یا کرکٹ میچ دیکھنے کا خواہشمند ہو تو اس بات کو تنازع کی وجہ نہ بنائیں بلکہ اسے بہ خوشی اپنا شوق پورا کرنے دیں۔ اس دوران آپ اپنا کوئی کام نمٹا سکتی ہیں یا کسی پسندیدہ مشغلے کو وقت دے سکتی ہیں۔

گھر کے کام مل کر نمٹائیں: گھر کے کاموں میں شوہر کی مدد لیتے ہوئے نہ ہچکچائیں بلکہ جب بھی ان کے پاس وقت ہو، انہیں اپنے ساتھ شامل کر لیں اور چھوٹے موٹے کاموں میں ان سے مدد لیں۔ اس طرح نہ صرف یہ کہ آپ کو کام نمٹانے میں آسانی رہے گی بلکہ آپس میں اپنائیت کا احساس بھی بڑھے گا۔ گھر کی سیٹنگ بدلنی ہو، نئے پردے لگانے ہوں یا کسی کمرے میں نیا پینٹ کروانا ہو، اس کیلئے خود ہی فیصلہ کرنے کے بجائے شوہر کی رائے بھی ضرور لیں۔ اس طرح انہیں اپنی اہمیت کا احساس ہوگا اور وہ خوشی کے ساتھ اپنی ذمہ داریاں بھی ادا کریں گے۔

اپنا خیال بھی رکھیں: جس طرح شوہر کی دلچسپیوں کا خیال رکھنا اور ان کی پسند و ناپسند کا احترام کرنا آپ کا فرض ہے، بالکل اسی طرح اپنے آپ کو وقت دینا اور اپنا خیال رکھنا بھی اسی قدر اہم ہے۔ لہٰذا اپنے پسندیدہ مشاغل کو وقت دیتے ہوئے اور اپنی صحت کا خیال رکھتے ہوئے ہرگز شرمندگی محسوس نہ کریں۔ کیونکہ آپ خوش رہیں گی تو آپ کی ازدواجی زندگی میں بھی خوشگواری آئے گی۔

خوش رکھیے، خوش رہیے، غم نہ کیجیے

نماز سے اہل ایمان کی رنج و غم اور فکریں ختم ہوتی ہیں نماز اہل ایمان کی آنکھوں کی ٹھنڈک ہے اور عبادت گزاروں کی تسلی۔ 2۔ جو گزرا سو گزرا، گیا وقت پھر ہاتھ نہیں آتا' لہٰذا جو گزر گیا اس کے بارے میں مت سوچو۔ 3۔ خدا کی رضا پر راضی رہو' جو روزی قسمت میں ہے اس پر شکر کرو ہر چیز تقدیر پر مبنی ہے اس لیے ملال نہ کرو۔ 4۔ اللہ کے ذکر سے دلوں کو اطمینان ملتا ہے' گناہوں کا بوجھ کم ہوتا ہے' علام الغیوب خوش ہوتا اور پریشانیاں دور ہوتی ہیں۔ 5۔ کسی کے شکریہ کا انتظار نہ کرو' بس اللہ الصمد کا ثواب کافی ہے۔ منکروں کے انکار اور حاسدوں کے حسد سے آپ کو کوئی نقصان نہ ہوگا۔ 6۔ صبح کر لو تو شام کا انتظار نہ کرو۔ آج کی حدود میں رہو اور آج کی اصلاح کی پوری کوشش کرو۔ 7۔ مستقبل کو آنے دو کل کی فکر میں نہ پڑو آج ٹھیک ہوا تو کل بھی ٹھیک ہوگا۔ 8۔ اپنے دل کو حسد سے پاک کر لو اس سے بغض اور عداوت نکال پھینکو۔ 9۔ لوگوں سے بس خیر کیلئے چلو گھر میں زیادہ رہو' اپنے کام سے کام رکھو' لوگوں سے کم ملو جلو۔ 10۔ کتاب بہترین دوست ہے۔ اس کی ہم نشینی اختیار کر لو۔ علم و معرفت سے ہمیشہ کیلئے دوستی کر لو۔ 11 کائنات نظام پر مبنی ہے لہٰذا گھر آفس اور فرائض سب میں نظم و ترتیب ملحوظ رکھو۔ 12۔ کھلی فضا کی طرف نکلو' اچھے باغات کا مشاہدہ کرو' اللہ کی مخلوق اور خالق کی ایجاد میں غور کرو۔ 13۔ پیدل چلو' ورزش کرو' کسل مندی اور گمنامی' نکمے پن اور بے کاری سے دور رہو۔ 14۔ اپنے کپڑوں کی صفائی پر دھیان دو' خوشبو لگاؤ' مسواک کرو اور اپنے مظہر پر توجہ دو۔ (عدیل سرور، لاہور)

قبضہ چھڑوانا: اگر کسی شخص کی جائیداد پر کسی دوسرے نے قبضہ کرلیا ہو یا کسی کرایہ دار نے ناجائز قبضہ کر رکھا ہو تو اسے چاہیے اسم یَاجَامِعُ کو چالیس دن تک روزانہ 3125 مرتبہ بعد نماز عشاء پڑھیں۔

درخشاں فاروقی

باورچی خانہ کو بیماریوں کا گھر نہیں صحت کا خزانہ بنائیں

افسوسناک امر یہ ہے کہ صحت کے بیشتر مسائل غیر صحت بخش ماحول سے جنم لیتے ہیں جن میں کچن کا صاف ستھرا نہ ہونا بھی شامل ہے۔ کچن اپلائنسز کے استعمال اوران سے ہونے والے نقصانات کی جان کاری کسی ناگہانی سے بچاسکتی ہے اپنے گھر کا ماحول صحت بخش بنائیے تاکہ ممکنہ خطرات سے بچاسکے۔

کنبے کی صحت کا دارومدار خاتون خانہ کی اہم ذمہ داری ہے گھر کے دوسرے حصوں کی صفائی ستھرائی کے ساتھ کچن کی صفائی کیلئے بھی کچھ احتیاطیں اختیار کرلینی چاہئیں' خاص کر آج کے ماحول میں کیونکہ روزمرہ استعمال کی ہر شے میں کیمیکلز کی موجودگی ظاہر ہوچکی ہے۔ باورچی خانہ کسی بھی گھر میں صحت کا مرکز ہوتا ہے یہاں ہونے والی ہر سرگرمی سے پورے کنبے کی صحت کا گہرا تعلق ہے مگر افسوسناک امر یہ ہے کہ صحت کے بیشتر مسائل غیر صحت بخش ماحول سے جنم لیتے ہیں جن میں کچن کا صاف ستھرا نہ ہونا بھی شامل ہے۔ کچن اپلائنسز کے استعمال اوران سے ہونے والے نقصانات کی جان کاری کسی ناگہانی سے بچاسکتی ہے اپنے گھر کا ماحول صحت بخش بنائیے تاکہ ممکنہ خطرات سے بچاسکے۔

ڈش کلاتھ یا صافیاں: کچن کاؤنٹرز، چولہے، کیبنٹس اور دیگر باورچی خانے کے اہم حصوں کی صفائی کیلئے ہر کچن میں مختلف میٹریل صافیاں استعمال کی جاتی ہیں ہفتے کے اختتام پر انہیں بدل لینا چاہیے۔ ان کے فی مربع انچ پر ہزاروں جراثیم (جو خوردبین سے دیکھے جاسکتے ہیں) اپنا گھر بنالیتے ہیں جوں جوں یہ پرانے ہوتے جاتے ہیں ان پر مختلف غذائی اشیاء کی Contimation کی وجہ سے انتہائی خطرناک بیکٹیریا نشوونما پانے لگتے ہیں۔ اگر آپ فوری طور پر نئے نہ خرید سکیں تو انہیں دھو ضرور لیا کریں۔

فوڈ پیکجنگ: Oestrogen-like جیسے کیمیکلز مثلاً Pthalates پلاسٹک کے کنٹینرز اور غذائی پیکجنگ میں استعمال ہونے والے تھیلوں میں شامل ہوتا ہے۔ یہ جز سرطان کے جرثوموں کی پیداوار بڑھانے میں اہم کردار ادا کرتا ہے۔ یہ حاملہ خواتین اور نومولود بچوں میں پیچیدہ بیماریوں کے امکان کے ساتھ ساتھ تولیدی صحت بھی متاثر کرتا ہے۔ کنٹینرز میں پیک غذا کے استعمال سے ممکنہ حد تک احتیاط کی جانی چاہیے۔

بچ جانے والا کھانا: یہ اصول سب کو یاد رکھنا چاہیے کہ بچ جانے والا کھانا (Leftover food) صرف ایک بار مزید استعمال کیا جاسکتا ہے کبھی بھی پگھلی ہوئی آئسکریم کو دوبارہ فریز نہ کریں، جب یہ پگھل جاتی ہے تو بیکٹیریا کی افزائش کیلئے مثالی گھر کی حیثیت اختیار کرلیتی ہے۔ فریز کی ہوئی ہر قسم کی غذا کو صرف ایک بار پکایا یا گرم کیا جاسکتا ہے انہیں دوبارہ فریز کرکے کھانے سے پیچیدہ امراض کا خدشہ بڑھ جاتا ہے۔

ٹوسٹرز: ان کی صفائی کرنا مشکل ہے، ان کو گھریلو قاتل بھی کہا جاتا ہے کیونکہ دنیا بھر میں ہزاروں افراد کو کرنٹ لگنے اوران کی موت واقع ہونے میں ٹوسٹرز کا بھی ہاتھ ہے۔ اس سے لگنے والا الیکٹرک شاک کمزور افراد کے لئے موت کا پیغام بن سکتا ہے۔ ناشتے کے وقت جلدی جلدی میں اکثر خواتین ٹوسٹر سے ڈبل روٹی کو نکالنے کیلئے چھری یا چمچ استعمال کرلیتی ہیں الیکٹرک سے میٹل ٹکراتا ہے تو برقی شعاعوں کا اخراج زیادہ تیزی سے ہوتا ہے اور یوں سامنے والا کرنٹ لگنے سے بچ نہیں پاتا۔

ریفریجریٹرز: فریج کی خریداری کے وقت معیار مدنظر رکھنا ضروری ہے کیونکہ مشاہدے نے یہ ثابت کیا ہے کہ فریج کا معیار اس کی مجموعی کارکردگی پر اثر انداز ہوتا ہے کھانے کو دیگر غذاؤں کے ساتھ محفوظ رکھنے کا عمل ہر برانڈ کے فریج میں مختلف ہوتا ہے۔ بچوں کو سمجھائیے کہ فریج کو الماری نہ سمجھیں اسے بار بار کھولنے سے گریز کریں ورنہ اس میں رکھا ہوا کھانا اور دیگر غذائیں بیرونی جراثیم کے حملوں سے محفوظ نہیں رہ سکیں گی اور فریج میں رکھے رکھے بھی خراب ہوجائیں گی۔

مائیکروویو اوون: مائع غذائیں اور پانی کو مائیکروویو میں گرم کرنے کیلئے ان کے ابلنے کا انتظار نہ کریں صرف انہیں اس حد تک گرم کریں کہ وہ گرم ہوجائیں نا کہ ابلنے لگیں۔ انڈے پکانے کیلئے بھی مائیکروویو کا استعمال خطرناک ثابت ہوسکتا ہے۔ کھانا یا چائے کافی کچھ بھی گرم کرنا ہو تو ڈھک کر گرم کریں مگر ایئر ٹائٹ کنٹینر کھانا مائیکروویو میں گرم کرنے سے گریز کریں یہ خطرناک بھی ہوسکتا ہے۔

فروزن فوڈ: آج کل کھانوں کو منجمد کرنے کا رواج ہر گھر میں ہے۔ بغیر پکا ہوا گوشت فریزر میں رکھنے کی وجہ سے بھی کئی بیماریاں جنم لیتی ہیں۔ اکثر خواتین فریزر میں گوشت کا ڈھیر لگائی رہتی ہیں اور پہلے سے رکھا ہوا گوشت ڈھیر میں چھپ جاتا ہے اس طرح وہ جلد استعمال نہیں ہو پاتا کبھی ایسا بھی ہوتا ہے کہ فریزر سے گوشت، مرغی یا مچھلی پکانے کیلئے نکالی اسے پانی میں ڈال کر پگھلنے کیلئے رکھ دیا اور کسی وجہ سے وہ پکائی نہ جاسکی تو دوبارہ فریز کردیا۔ یہ انتہائی خطرناک طرز عمل ہے کیونکہ منجمد خوراک کا درجہ حرارت جوں ہی کم ہوتا ہے بیکٹیریا کی افزائش شروع ہوجاتی ہے۔

سنک: استعمال شدہ برتنوں کی دھلائی کے دوران سنک آلودہ ہوجاتا ہے اسے صاف رکھنا بھی ناگزیر ہے، کچن کے اس حصے کی صفائی کیلئے معیاری اور قابل بھروسہ اور ماحول دوست کلینرز آزمائیں سفید سرکے اور نمک کی مدد سے سنک صاف کیجئے۔ ہر قسم کے تیزابی محلول پر مشتمل ڈٹرجنٹس اور گٹر کھولنے والے یا چکنائی دور کرنے والے پاؤڈر اور محلول سانس لینے میں دشواری پیدا کرتے ہیں اور بچوں کے علاوہ بیمار افراد کیلئے خطرناک ہوتے ہیں۔

برتن اور فرنیچر فیبرکس: PFOA نامی کیمیکل جو نان اسٹک برتنوں میں پایا جاتا ہے تھائیرائیڈ کی بیماری کا سبب بن سکتا ہے۔ یہ خطرناک کیمیکل فرنیچر کپڑوں اور بعض فوڈ پیکنگ میں بھی استعمال کیا جارہا ہے۔ لہٰذا خریداری میں احتیاط کیجئے۔

اینٹی بیکٹیریا پروڈکٹس: کچن کی صفائی کیلئے اینٹی بیکٹیریا لیکویڈز کا استعمال جراثیم سے مکمل حفاظت تسلیم کیا جاتا ہے۔ ان میں شامل triclosan سے جانوروں میں ہارمونز کے مسائل دیکھے گئے ہیں۔ auto-immune diseases یعنی ایسی بیماریاں جو مدافعتی نظام کے برخلاف کام کرنے سے ہوتی ہیں مثلاً دمہ اور ایگزیما، بچوں میں اس کی شرح بڑھنے کا ایک سبب اینٹی بیکٹیریل مصنوعات کا استعمال بھی ہے علاوہ ازیں یہ جراثیم کش مواد پر مشتمل مصنوعات بچوں کے مناعتی نظام کو بری طرح متاثر کرتی ہیں۔ باورچی خانہ جراثیم سے پاک رکھئے مگر ساتھ ہی ساتھ یہ خیال ضرور رہے کہ کچن اپلائنسز کے استعمال اور ان کی صفائی کیلئے بھی مکمل احتیاط کیجئے اور اپنے کنبے کی صحت کا خیال رکھئے۔

حضرت حکیم صاحب کی خاص دعائیں لینے والے

ایڈیٹر عبقری تمام مخلصین کا نہایت مشکور ہوں کہ میری درخواست پر درب کی جڑ بھیجی۔ آپ سب کیلئے دعاگو ہوں' دنیا و آخرت کی اعلیٰ عزتیں' ترقیاں' رزق اور کامیابیاں ملے۔ مزید اگر کوئی بھجوانا چاہے اور یا کوئی مسلسل بھجواتا رہے تو نہایت مشکور ہوں گا۔ اس کے فوائد سنے ہوئے پڑھے ہوئے یا آزمودہ ہوں تو ضرور لکھیں۔ میں آپ کے فوائد اور تجربات کا بہت زیادہ منتظر ہوں گا۔ اگر علم نہیں تو بوڑھے تجربہ کار یا پرانے حکمت جاننے والوں سے تلاش و تحقیق کریں۔

بوڑھا تجربہ کار: انسانوں برسوں میں جوان ہوتا ہے لیکن اگر وہ اپنے وقت کو بہترین طریقے پر صرف کرے تو گھنٹوں میں بوڑھا یعنی تجربہ کار ہو جاتا ہے۔ **(فیثا غورث)**

رشتوں کی ڈوری ٹوٹ جاتی ہے! لیکن کیسے؟

زین العابدین

اکثر اوقات ہم اجنبیوں سے رشتہ استوار کرنے میں پرانے رشتوں سے منہ پھیر لیتے ہیں لیکن مصیبت پڑنے پر یہ پرانے رشتے ہی ہمارا ساتھ دیتے ہیں تو نئے رشتوں میں دراڑ پڑ جاتی ہے۔لہٰذا ہر انسان کے لئے لازمی ہے کہ وہ رشتے نبھانے اور انہیں سمجھنے میں کسی قسم کی کوتاہی نہ برتے

انسان کی زندگی میں بہت سے ایسے لمحات آتے ہیں جب وہ خود کو اکیلا اور تنہا محسوس کرتا ہے۔ اگرچہ اس کے روز و شب دوستی اور دشمنی کے موتیوں سے پروئی گئی مالا سے بنے ہوتے ہیں جس کے دھاگے میں وہ بری طرح الجھا رہتا ہے کیونکہ ہر انسان ان دنیاوی رشتے ناطوں کو خود پر حاوی کر لیتا ہے اور ان سے مضبوطی سے بندھا رہتا ہے۔ وہ چاہتے ہوئے بھی کسی رشتے سے انحراف نہیں کر پاتا، ہر انسان جذبات کی رو میں بہتے ہوئے ان رشتوں کی آخری حد تک پہنچ جاتا ہے جہاں سے واپسی ناممکن ہو جاتی ہے اور تمام عمر ان رشتوں کو نبھانے میں گزر جاتی ہے لیکن وقت اور حالات اسے رشتوں کے خالص اور پائیدار ہونے کا ثبوت دے دیتے ہیں جس کے باعث بعض رشتوں کی ڈوری تو ٹوٹ جاتی ہے اور بعض رشتے مزید مضبوطی سے جڑ جاتے ہیں۔ انسان خواہ کسی کے بہت قریب ہے یا دور اس کی اپنی حیثیت ہوتی ہے بعض اوقات افراد میں وابستگی محض وقتی ہوتی ہے لیکن اس ساتھ میں برسوں کی اپنائیت اور انس پایا جاتا ہے جو بچھڑنے کے بعد بھی ایک دوسرے کو قریب لانے کا موجب بنتا ہے۔

دوسری جانب برسوں کا ساتھ کبھی کبھی اجنبیت بھرا محسوس ہوتا ہے ہمارے اردگرد موجود مختلف افراد ہماری زندگی کی تکمیل میں کہیں نہ کہیں، کسی نہ کسی طرح ضرور شامل رہتے ہیں۔ ہماری خوشیوں میں شریک ہمارے دوست احباب ان لمحوں کا لطف دوبالا کر دیتے ہیں، زندگی کے یہ پل سب سے حسین اور اہم ہو جاتے ہیں، ہنستے کھیلتے گزرتے ان لمحوں میں اس وقت ہلچل مچ جاتی ہے جب کوئی دشمن ہماری خوشیوں میں غموں کا تحفہ لے آئے اور پریشانیوں سے ہمیں نواز دے۔

دشمنی دو صورتوں میں پیدا ہوتی ہے، ایک جب کوئی اپنا یا غیر آپ سے حسد کرے، یہ آپ کے حسن، آپ کی لوگوں میں اہمیت، آپ کی حیثیت یا مقام سے ہو سکتا ہے۔ دوسری صورت انجانے میں کسی کا دل دکھانے یا کسی کے حق میں یا مخالفت میں کوئی بات کہنے سے پیدا ہوتی ہے۔ دونوں صورتوں میں دشمنی کی حد پار بھی کی جا سکتی ہے جیسے خاندانی دشمنیاں جو برسا برس تک جاری رہتی ہیں اور بدلے کی آگ میں کئی خاندان جل کر صفحہ ہستی سے مٹ جاتے ہیں۔ انسان کو اشرف المخلوقات اسی بناء پر کہا گیا ہے کہ دوسری تمام مخلوق کی نسبت عقل و شعور زیادہ ہے لیکن جذباتی عنصر ہمیں رشتوں کی تفریق کرنے میں Miss Guide کرتا ہے اور ہم کسی مسئلے کو سلجھانے کی بجائے اسے مزید الجھا دیتے ہیں نتیجتاً رشتے نبھانا مشکل ہی نہیں بلکہ ناممکن ہو جاتا ہے اور ہم غلط سمت پر چل نکلتے ہیں۔ مختلف رشتوں کا یہ تانا بانا انسان کی زندگی کو بری طرح اپنی لپیٹ میں لئے ہوتا ہے لیکن ہر رشتہ آپ کا مرہون منت ہوتا ہے بعض حالات میں ہمیں بنا کسی افسوس، کسی خوشی، کسی غرض کے ان رشتوں کی حیثیت تبدیل کرنے کیلئے مجبور کر دیا جاتا ہے لیکن اگر یہ رشتہ اعتماد اور خلوص کی عمارت سے تیار کیا گیا ہے تو حالات کے سخت اور پیچیدہ تھپیڑے اس عمارت کو گرنے میں ناکام رہیں گے۔

اکثر اوقات ہم اجنبیوں سے رشتہ استوار کرنے میں پرانے رشتوں سے منہ پھیر لیتے ہیں لیکن مصیبت پڑنے پر یہ پرانے رشتے ہی ہمارا ساتھ دیتے ہیں اور نئے رشتوں میں دراڑ پڑ جاتی ہے۔ لہٰذا ہر انسان کے لئے لازمی ہے کہ وہ رشتے نبھانے اور انہیں سمجھنے میں کسی قسم کی کوتاہی نہ برتے تاکہ وقت گزرنے کے ساتھ اسے ان میں کھوٹ محسوس نہ ہو۔ کبھی بھی رشتوں کو پرکھنے کی کوشش نہیں کرنی چاہیے۔ ایسا کرنے سے نہ صرف دلوں میں کدورتیں پیدا ہو جاتی ہیں بلکہ ان رشتوں میں سے اعتماد اور خلوص بھی ختم ہو جاتا ہے۔

رشتوں کی کڑی زنجیر!

انسان کو زندگی گزارنے کیلئے دوسروں پر انحصار کرنا پڑتا ہے کیونکہ فطری طور پر اس کی جبلت میں انحصار اور رشتے ناطے نبھانے کا جذبہ شامل کیا گیا ہے۔ ہر انسان اپنی ضروریات کے پیش نظر دوسروں سے تعلقات قائم کرتا ہے جن کی نوعیت وقت اور حالات کے تحت تبدیل ہوتی رہتی ہے لیکن چند ایک رشتے اور تعلق ایسے بھی ہوتے ہیں جن کی اہمیت تاعمر بھی کم نہیں ہو سکتی۔ یہ رشتے خون کے رشتے ہوتے ہیں جو عمر بھر ہمارے پیروں سے زنجیروں کی طرح بندھے ہوتے ہیں لیکن یہ بندھن ہماری صحت اور فلاح و بہبود کے مقاصد سے لبریز ہوتے ہیں اسی لئے انہیں ''خاندان'' کا نام دیا جاتا ہے۔ خاندان سے جڑا ہر فرد ذہنی جذباتی اور شعوری طور پر اس کی اہمیت اور افادیت سے آگاہ ہوتا ہے کیونکہ مضبوط بنیادوں پر استوار ہونے والے خاندانی رشتے انسان کی تعمیر و تربیت میں نمایاں کردار ادا کرتے ہیں۔ حقیقتاً خاندان صحت کا ایک اہم ستون ہے جس کے بغیر Suruive کرنا مشکل ہوتا ہے۔ ہر انسان کو اپنی ذات کے اظہار اور شخصی تعمیر کیلئے ایک خاص قسم کی توجہ درکار ہوتی ہے جو اسے خاندان میں رہ کر مل سکتی ہے۔ خاندان ایک ایسا گروہ ہوتا ہے جہاں ہر فرد کی ذات کی تکمیل ہوتی ہے گھر کی مانوس فضا میں اپنے مسائل سلجھانے کا موقع ملتا ہے۔ خاندان میں شامل مختلف مزاج کے حامل افراد کے ساتھ نبھاہ کرنے سے ہم بیرونی دنیا سے تعلقات قائم کرنے میں دقت محسوس نہیں کرتے۔ دوستوں کی مدد کرنے، دوسروں کے دکھ درد سمجھنے کا ڈھنگ خاندانی رشتے ہی سکھاتے ہیں۔ انسان رشتے ناطوں کا احترام کرنے کے قابل ہو جاتا ہے اور اس میں خود اعتمادی اور حوصلہ مندی اجاگر ہوتی ہے۔ علم نفسیات میں بھی اس بات پر زور دیا جاتا ہے کہ بچہ اپنی نشوونما کے دوران تحفظ اور اپنائیت محسوس کرے جس کی بدولت خاندان کی اہمیت واضح ہو سکے۔ ماہر نفسیات سوسن کا کہنا ہے کہ محبت بھری فضا رکھنے والے خاندان اپنے اراکین کو محبت کی زنجیر سے باندھنے کی صلاحیت رکھتے ہیں۔ خاندان سے ایک فرد میں مثبت تبدیلیاں جنم لیتی ہیں جو عملی زندگی میں کامیابی کی روشن دلیل ہوتی ہیں۔ یہی وجہ ہے کہ نفسیاتی طور پر کوئی بھی فرد خاندان کے گہرے اثرات قبول کرتا ہے کیونکہ خاندان کے تمام افراد ایک دوسرے کا مضبوط سہارا ہوتے ہیں اگرچہ حالات کے پیش نظر ان کے درمیان مختلف نوعیت کے اختلافات پائے جاتے ہیں لیکن باوجود اس کے وہ ایک دوسرے کیلئے مخصوص اہمیت رکھتے ہیں۔ انسان کی جذباتی نشوونما اور جذبات کی شدت اور گہرائی کا اندازہ بھی خاندانی تعلقات سے بخوبی لگایا جا سکتا ہے، سوسن کے مطابق اگر گھر کا کوئی فرد کسی پریشانی میں مبتلا ہو تو سارا خاندان اسکی مدد کیلئے تیار ہو جاتا ہے اور اپنے ہم خیال افراد سے گفت و شنید کے بعد ذہنی سکون حاصل ہو جاتا ہے کیونکہ دوسروں کا مہربان رویہ مثبت انداز میں تبدیلی پیدا کرتا ہے اور مسائل خود بخود حل ہو جاتے ہیں۔ بیشتر مذاہب میں بھی انسانی فلاح و بہبود کے سلسلے میں خاندان کی اہمیت پر زور دیا جاتا ہے اگرچہ بعض اوقات خاندانی اختلافات اتنے بڑھ جاتے ہیں کہ فرد رشتے ناطے توڑنے میں مجبور ہو جاتا ہے لیکن باہمی افہام و تفہیم سے یہ مسائل سلجھائے جا سکتے ہیں۔ بچپن میں ملنے والی بزرگوں کی شفقت، دوستوں اور اپنے ہم عمر کزنوں کا ساتھ انسان کی بہت سی صلاحیتیں اجاگر کرنے کا موجب بنتے ہیں۔

خاندان کی ضرورت اور دنیا (باقی صفحہ نمبر 37 پر)

مکھن اور نزلہ زکام: نزلہ زکام کی صورت میں دو تولے مکھن کے ہمراہ پانچ چھوٹی الائچی کے دانے اور پانچ سات مغز بادام ملا کر لسی یا چائے کے استعمال کرنے سے بہت فائدہ ہوتا ہے۔

آسان عمل! شادی بھی ہوگئی اور قرض بھی اتر گیا

محمد عبدالرحمٰن، ہری پور

ایک دن بندہ جمعرات کو گھر آیا اور مسجد میں نماز پڑھنے کیا گیا تو دیکھا کہ ایک بزرگ بہت رو رہے ہیں۔ بندہ نے سکون کے ساتھ نماز پڑھی اور بزرگ کی طرف متوجہ ہوا کہ بابا کیوں رو رہے ہو؟ تو بزرگ نے فرمایا کہ بیٹا بیٹی کا رشتہ کرنا ہے اور دو تین لاکھ روپے قرضہ دینا ہے

بندہ کچھ عرصہ سے سوچ رہا تھا کہ جس طرح حضرت حکیم صاحب دامت برکاتہم نے دل کھول عبقری کے اندر لکھ رہے ہیں اور دل کھول کر اپنے سینے کے راز تمام لوگوں کو بتا رہے ہیں جو کسی نے نہ بتائے نہ بانے کے ہیں۔ ایسا سخی اور ایسا ہمدرد انسان زمانے میں کم ہی ملتا ہے۔ اگر لوگوں کو قدر ہو تو بندہ نے بھی چاہا کہ اپنے وظائف وعملیات جو مجرب ہیں عبقری کے اندر لکھوں تاکہ ہر مسلمان فائدہ اٹھائے اور زندگی کے اندر عیش وعشرت سے رہے۔ بندہ نے جو مجرب اعمال لکھے ہیں وہ مسنون ہیں۔

شادی بھی ہوگئی اور قرض بھی اتر گیا: بندہ جب ایک تعلیمی ادارہ میں پڑھتا تھا تو ہاسٹل میں رہائش پذیر تھا ایک ہفتے بعد گھر آتا تو جامع مسجد کے اندر آ کر نماز پڑھتا۔ ایک دن بندہ جمعرات کو گھر آیا اور مسجد میں نماز پڑھنے کیا گیا تو دیکھا کہ ایک بزرگ بہت رو رہے ہیں۔ بندہ نے سکون کے ساتھ نماز پڑھی اور بزرگ کی طرف متوجہ ہوا کہ بابا کیوں رو رہے ہو؟ تو بزرگ نے فرمایا کہ بیٹا بیٹی کا رشتہ کرنا ہے اور دو تین لاکھ روپے قرضہ دینا ہے اولاد ساتھ چھوڑ گئی ہے اور بے بس ہو چکا ہو تو بندہ نے عرض کیا کہ بابا قرضہ اتر جائے گا اور بچی کا رشتہ بھی ہو جائے گا میں آپ کو ایک عمل بتاتا ہوں کرنا ضرور ہے۔ دکھی آدمی تھا تو اس نے کہا کہ بتاؤ تو بندہ نے جو اس کو عمل بتایا وہ یہ ہے کہ روزانہ پانچ سو مرتبہ لاحول ولا قوۃ الا باللہ پڑھنا ہے تو جب میں دوبارہ آؤں گا تو بتانا تو جب بندہ دو ہفتوں کے بعد دوبارہ آیا تو وہ بزرگ بہت خوش تھے اور بندہ کو بتانے لگے کہ بیٹا جن لوگوں کے میں نے پیسے دینے تھے انہوں نے معاف کر دیئے ہیں اور بیٹی کی منگنی بھی ہوگئی ہے۔ آج بندہ جس وقت یہ دعا لکھ رہا ہے اس وقت وہ بچی اپنے گھر سکون کے ساتھ رہ رہی ہے۔ عمل کا طریقہ یہ ہے: پہلے سو مرتبہ درود شریف اَللّٰھم صل علی محمد نبی الرحمۃ پھر پانچ سو مرتبہ لاحول ولا قوۃ الا باللہ۔ پھر درود شریف سو مرتبہ پڑھے۔ رزق کی تنگی، دشمن کا خوف، غم مصیبت سے چھٹکارا حتیٰ کہ جادو کا توڑ ہے۔ عمل کرو اور دعا دو حضرت حکیم صاحب دامت برکاتہم کو اور عبقری والوں کو دعائیں دیں۔

رزق کی بارش: جو شخص اپنے گھر میں داخل ہوتے وقت پہلے سلام کرے پھر درود شریف پڑھے اور سورۂ اخلاص کی تلاوت کرے اس کے اوپر اللہ تعالیٰ رزق کے دروازے بارش کی طرح کھول دے گا۔

ہر آفت سے حفاظت: جب سونے لگو تو سورۂ فاتحہ اور سورۂ اخلاص پڑھو موت کے سوا ہر چیز سے حفاظت ہوگی۔ (تحفہ حفاظ)

جان مال اولاد کی حفاظت: جو شخص آیۃ الکرسی پڑھے وہ اس کی حفاظت کرے گی اور اس کی اولاد کی اس کے گھر والوں کی اور اس کے اردگرد کے گھروں کی۔ (تحفہ حفاظ)

نظر بد سے حفاظت: جو چیز اچھے لگے یہ دعا پڑھے اس کو نظر نہیں لگے گی۔ مَاشَاءَ اللّٰہُ لَا قُوَّةَ اِلَّا بِاللّٰہِ۔

زمینوں اور آسمانوں کے اندر جو کچھ بھی ہے ان سب حفاظت: جو بندہ صبح وشام تین تین مرتبہ آخری تین سورتیں پڑھے گا اللہ تعالیٰ زمینوں آسمانوں انسانوں اور جنات کے شر سے نجات عطا فرمائیں گے۔ جو بندہ ایک مرتبہ جَزَی اللّٰہُ عَنَّا مُحَمَّدًا مَا ھُوَ اَھْلُہٗ پڑھے تو ستر فرشتے ایک ہزار دن تک اس کے نامہ اعمال میں نیکیاں لکھتے رہتے ہیں جو بندہ روزانہ دس مرتبہ نماز فجر کے بعد درود شریف پڑھے گا بندے کی روح نبیوں اور صدیقین کی طرح نکالی جائے گی۔ پل صراط سے گزرنے میں آسانی ہوگی۔ فرشتہ سجدے میں سر رکھ کر اس کو جنت میں داخل کروائے گا۔ حوض کوثر پر پانی پینے پر مدد کی جائے گی۔ (از عملیات کے فضائل وبرکات۔ لاکھ وظیفے ایک طرف درود وظیفہ ایک طرف: ہر وقت باوضو رہنے کی کوشش کریں روزانہ ہزار مرتبہ درود شریف پڑھنے کی کوشش کریں۔ دن کا آغاز درود شریف سے کریں اور اختتام بھی درود شریف سے کریں۔ ہر کام میں آسانی اور برکت ہوگی۔

(بقیہ: مراقبہ سے فیض پانے والے)

پڑھ رہے تھے میں نے ان سے پوچھا کہ آپ کیا پڑھ رہے ہیں تو انہوں نے کہا کہ سُبْحَانَ اللّٰہِ وَبِحَمْدِہٖ سُبْحَانَ اللّٰہِ الْعَظِیْمِ۔ میں فرشتوں کے ساتھ تسبیح پڑھتی ہوں۔ پھر دوران مراقبہ ہی اللہ سے دعا کرتی ہوں کہ یا اللہ! میرے دل سے حسد، کینہ بیماریاں نکال دیجئے۔ کچھ ہی دیر میں مجھے اپنا آپ بہت ہلکا محسوس ہوا۔ پھر اللہ سے دعائیں مانگنا شروع کیں، مانگتے مانگتے کہتی کہ اللہ دنیا میں تو کبھی اتنی دعائیں نہیں مانگی نماز بھی پڑھتی ہوں تو کبھی نصیب ہوتی ہے کبھی نہیں لیکن یہاں پہلے آسمان پر یہ دعائیں کیں۔ پھر نامعلوم کب میں دعائیں کرتی نیند کی وادی میں کھو گئی۔ (ف، ر)

محمود و ایاز اور درویش

م۔م، لاہور

ایک مرتبہ سلطان محمود غزنوی نے ایاز سے وعدہ کیا کہ میں تجھے اپنا لباس پہنا کر اپنی جگہ بٹھا دوں گا اور تیرا لباس پہن کر خود غلام کی جگہ لے لوں گا' چنانچہ جس وقت سلطان محمود حضرت ابوالحسن سے ملاقات کی نیت سے خرقان پہنچا تو قاصد سے یہ کہا کہ حضرت ابوالحسن سے یہ کہہ دینا کہ میں صرف آپ سے ملاقات کی غرض سے حاضر ہوا ہوں لہٰذا آپ زحمت فرما کر میرے خیمہ تک تشریف لے آئیں اور اگر وہ آنے سے انکار کریں تو یہ آیت تلاوت کر دینا" ترجمہ: اللہ اور اس کے رسول کی اطاعت کے ساتھ اپنی قوم کے حاکم کی بھی اطاعت کرتے رہو" چنانچہ قاصد نے آپ کو جب یہ پیغام پہنچایا تو آپ نے معذرت طلب کی جس پر قاصد نے مذکورہ بالا آیت تلاوت کی۔ آپ نے جواب دیا کہ محمود سے کہہ دینا کہ میں تو اطیعوا اللہ میں ایسا غرق ہوں کہ اطیعوا الرسول میں بھی ندامت محسوس کرتا ہوں۔ ایسی حالت میں حاکم کی اطاعت کا تو ذکر ہی کیا؟ یہ قول جس وقت قاصد نے محمود غزنوی کو سنایا تو اس نے کہا کہ میں تو انہیں معمولی قسم کا صوفی تصور کرتا تھا' لیکن معلوم ہوا کہ وہ تو بہت ہی کام بزرگ ہیں' لہٰذا ہم خود ہی ان کی زیارت کیلئے حاضر ہوں گے۔ اس وقت محمود نے ایاز کا لباس پہنا اور ایاز کو اپنا لباس پہنایا اور خود دس کنیزوں کو مردانہ لباس پہنا کر ان کے ساتھ بطور غلام کے ملاقات کرنے پہنچ گیا۔ آپ نے اس کے سلام کا جواب تو دے دیا مگر تعظیم کیلئے کھڑے نہیں ہوئے اور محمود جو غلام کے لباس میں ملبوس تھا اس کی طرف متوجہ ہو گئے۔ لیکن ایاز جو شاہانہ لباس میں تھا اس جانب قطعی توجہ نہ دی اور جب محمود نے جواب دیا کہ یہ دام فریب تو ایسا نہیں ہے جس میں آپ جیسے شاہباز پھنس سکیں پھر آپ نے محمود کا ہاتھ تھام کر فرمایا کہ پہلے ان نامحرموں کو باہر نکال دو' پھر مجھ سے گفتگو کرنا۔ چنانچہ محمود کے اشارے پر تمام کنیزیں باہر چلی گئیں اور محمود نے آپ سے فرمائش کی کہ حضرت بایزید بسطامی رحمۃ اللہ علیہ کا کوئی واقعہ بیان فرمایئے۔ آپ نے فرمایا کہ حضرت بایزید کا قول تھا کہ جس نے میری زیارت کر لی اس کو بدبختی سے نجات حاصل ہوگئی' اس پر محمود نے پوچھا کہ کیا" ان کا مرتبہ حضور اکرم ﷺ سے بھی زیادہ بلند تھا؟ اس لیے کہ حضور ﷺ کو ابوجہل' ابولہب جیسے منکرین نے دیکھا پھر بھی ان کی بدبختی دور نہ ہو سکی" آپ نے فرمایا کہ اے محمود! ادب کو ملحوظ رکھتے ہوئے اپنی ولایت میں تصرف نہ کرو' کیونکہ حضور اکرم ﷺ کو خلفائے (باقی صفحہ نمبر 48 پر)

برکت کیلئے: اگر کسی شخص کو یہ شکایت ہو کہ وہ جو کچھ کماتا ہے' اس کا پتہ نہیں چلتا کہ جاتا کہاں ہے' اسے چاہیے کہ روزانہ صبح وشام اسم یَاغَنِیُّ کو 1100 مرتبہ پڑھنے کا معمول بنالے انشاءاللہ برکت پیدا ہوجائے گی۔

آپ کا سوال ... حضرت علامہ لاہوتی کا جواب

1۔ جو وظیفہ آپ کو دیا جائے صرف اسی پر یقین کریں' اپنی مرضی سے وظائف تبدیل نہ کریں۔ **2**۔ وظیفے کے دوران اگر مسئلہ مزید بڑھ جائے تو گھبرا کر وظیفہ نہ چھوڑیں بلکہ مزید توجہ' یکسوئی اور یقین کے ساتھ عمل جاری رکھیں۔ وظیفے کے دوران اکتاہٹ' بے چینی وغیرہ اس بات کی علامت ہے کہ وظیفہ اپنا کام کررہا ہے۔ **3**۔ جو وظیفہ دیا گیا ہے اسے پابندی اور توجہ سے پڑھیں۔ بے یقینی وظیفہ کی تاثیر کو ختم کردیتی ہے۔ **4**۔ مستقل پڑھیں' جلدی نہ کریں۔ **5**۔ تمام گھر والے پڑھیں' ورنہ جتنے زیادہ افراد ممکن ہو پڑھیں۔ **6**۔ بعض جادو' جنات' بندشیں' اثرات' مسائل اور مشکلات خاندانی ہوتی ہیں۔ ان کے ختم ہونے میں کچھ وقت لگ جاتا ہے۔ **7**۔ عمل شروع کرنے کے چالیس یا نوے دن بعد دوبارہ کوپن کے ہمراہ اپنی کیفیات لکھیں۔ **8**۔ اگر آپ کو علامہ صاحب نے پہلے وظیفہ دیا ہوا ہے اور دوبارہ خط لکھنے کے بعد آپ کو وظیفہ مل جاتا ہے تو پہلے وظیفہ سے اگر آپ کو فائدہ پہنچ رہا ہے تو علامہ صاحب سے اجازت کے بعد پہلے وظیفے کے ساتھ دوسرا وظیفہ بھی جاری رکھیں۔

تہمینہ کوثر' خوشاب۔ رفعت سلطانہ' جلالپور جٹاں۔ محمد عمر وسیم' لاہور۔ پروین طلعت' اسلام آباد۔ محمد طارق' لاہور۔ عبدالجبار' ڈیرہ اسماعیل خان۔ عمر خان' کوہاٹ۔ عقیل احمد' جیکب آباد۔ فضل کریم' ڈیرہ اسماعیل خان۔ مختیار بی بی' پنڈی گھیپ۔ افشاں امتیاز' گجرات۔ طلعت محمود' سرائے عالمگیر۔ روبینہ کوثر' میاں چنوں۔ محمد ارشد' لاہور کینٹ۔ حافظ عبدالجبار' ڈیرہ اسماعیل خان۔ محمد حسن' لاہور۔ محمد شہزاد خان عباسی' باغ دھیر کوٹ۔ اقصیٰ' ملتان کینٹ۔ محمد طارق خان' کمر مشانی۔ نسرین اختر' فیصل آباد۔ عقیلہ خاتون' راولپنڈی۔ محمد عثمان' اٹک۔ نازیہ گل ڈیرہ غازیخان' نائلہ صدف' عارفوالہ۔ صبا عارف' صادق آباد۔ محمد سلیم' نوشہرہ۔ اصغر علی' لاہور۔ رضوانہ جبین' لاہور۔ عالم زیب' پشاور۔ ف۔م' انارکلی لاہور۔ اجیہہ فاطمہ' راولپنڈی۔ مریم' کوٹ عبدالمالک۔ نسرین بنت غلام قادر' لاہور۔ صبا خشنود' دینہ محمد عارف خانقاہ ڈوگراں۔ انیلہ شاہین' لاہور۔ حکیم راؤ محمد جمیل' دنیاپور۔ شگفتہ کراچی۔ محمد انوار' میانوالی۔ انصار احمد شیخ' حیدرآباد۔ سمیر احمد شیخ' حیدرآباد۔ امجد حسین' حیدرآباد۔ نادیہ کرم الٰہی' ہری پور۔ خلیل احمد' کراچی۔ غوثیہ الیکٹرک' ملتان۔ شکیل خان' راولپنڈی۔ شازیہ اعجاز' لاہور۔ فرحان احمد' لاہور۔ محمد عامر منیر' سرائے سدھو۔ ثمینہ عمران' راولپنڈی۔ م۔ر' احمد پور شرقیہ۔ ثریا ناہید' ملتان۔ تنویر بی بی۔ عبدالرشید' جنڈانوالہ۔ شمع غلام رسول' واہ کینٹ۔ فارحہ' کراچی۔ نسرین بشیر' راولپنڈی۔ ثوبیہ بی بی' واہ کینٹ۔ آصف عمران' ٹوبہ ٹیک سنگھ۔ محمد خالد شفیق' میانوالی۔ سحر عباس' وزیرآباد۔ نورین' بورے والہ۔ شمع نعیم' نارووال۔ فضل اللہ' مردان۔ حامد علی' کاموکی۔ عقیلہ بانو' خانیوال۔ سحرش افضل خان' ٹیکسلا۔ عابدہ بی بی' ایبٹ آباد۔ احمد علی فرحان' کوٹ ادو۔ نائلہ نذیر' راولپنڈی۔ اسوہ نجمہ' سرگودھا۔ نعمی۔ عثمان علی' ملتان۔ مریم شاہین' مندرہ۔ عمر مسعود شان' سرگودھا۔ فرحت یاسمین' لاہور۔ حاجی رحیم بخش' ڈیرہ غازیخان۔ ناہید کوثر' مانسہرہ۔ ناہید اعجاز' لاہور۔ امجد علی' لاہور۔ روبینہ اکرم' لاہور۔ محمد یوسف' اٹک۔ تسنیم افشاں' حیدرآباد۔ سعدیہ جبین' راولپنڈی۔ حافظ محمد بلال' فیصل آباد۔ شازیہ' پشاور۔ قدیر احمد' مظفر گڑھ۔ شازیہ عمر' لاہور۔ مسرت بی بی' لاہور۔ شکیلہ قیصر' ایبٹ آباد۔ زبیر احمد' گلگت۔ سدرہ' لاہور۔ شائلہ بی بی' فیصل آباد۔ فائزہ' کراچی۔ خورشید بانو' رائے ونڈ۔ ناظمین ناصر' کراچی۔ حنا کنول' ملتان۔ نرگس صادق' چکوال۔ ضمیر احمد سولنگی' دادو۔ صفیہ کرن' حیدرآباد۔ نوین' کراچی۔ شہباز قاسم ڈار' آزاد کشمیر۔ فوزیہ یونس' ساہیوال۔ عشرت ناز' لاہور۔ مہوش کریم' دائرہ دین پناہ۔ گوہر علی' مردان۔ فاروق احمد' کراچی۔ پروین اختر' کراچی۔ طارق مسعود' رحیم یار خان۔ عذرا' ٹنڈوجام۔ پروین اختر' فیصل آباد۔ عاشق علی' سانگھڑ۔ آصف علی' مریدکے۔ جنید احمد قریشی' ڈیرہ غازیخان۔ فرحت جہاں' کراچی۔ محمد نذیر' منڈی بہاؤالدین۔ عبدالوحید' پشاور۔ زرینہ بی بی' دیپالپور۔ نسرین جبار' اوکاڑہ۔ محمد اسامہ' راولپنڈی۔ زینت' کوٹڑی حیدرآباد۔ محمد احمد' نادیہ ناز' سیالکوٹ۔ تسنیم بانو' کراچی۔ ناصحہ آصف' لاہور۔ نسرین نازلی' سرگودھا۔ محمد یوسف' سرگودھا۔ سمیرا نذیر' لاہور۔

آپ تمام درج ذیل وظیفہ پڑھیں۔

یَالَطِیْفُ یَاوَدُوْدُ سارا دن کھلا پڑھے ہر حالت یعنی وضو بے وضو۔ جتنا زیادہ پڑھیں گے اتنا زیادہ فائدہ ہوگا۔ **چند دن' چند ہفتے اور چند مہینے ضرور پڑھیں۔**

نغمہ ظفر' پشاور۔ محمد شفیق قمر' صادق آباد۔ میمونہ کوثر' سانگری۔ فرحانہ زاہد' لاہور۔ نصیر احمد نصیر' فیصل آباد۔ محمد مدثر' پشاور۔ نسرین بی بی' شجاع آباد۔ شاہدہ سرور' ملتان۔ حنا بتول' ڈیرہ نواب۔ صبیحہ بتول' احمد پور شرقیہ۔ درخشاں گل' جھنگ۔ زیب النساء' ڈسکہ۔ مدیحہ عثمان' راولپنڈی۔ عمارہ شمیم' اسلام آباد۔ صبا وجاہت اسلام آباد۔ محمد افضل' چکوال۔ سحرش کنول' سرائے عالمگیر۔ محمد احسن' ملتان۔ حنا کنول' کراچی۔ لالہ رخ' سرگودھا۔ نائلہ صدیقہ' کلرکہار۔ ماہ طلعت' کراچی۔ سمیرا انواز' راولپنڈی۔ محمد مدثر فقیر' ہڑپہ۔ محمد حنیف ناظر' فیصل آباد۔ ایمن کلیم' میانوالی۔ ظہیر احمد' مانسہرہ۔ بینش علی' لاہور۔ مہ جبیں' رائے ونڈ۔ روبینہ ساجد' لاہور۔ قاضی عامر حیات' چکوال۔ عدیلہ زیب النساء' چکوال۔ ناظمہ پروین' چکوال۔ ماریہ عاصم' چکوال۔ نازیہ یاسمین' چکوال۔ گلفرین صفدر' راولپنڈی۔ محمد عارف قاضی' راولاکوٹ۔ محمد ثاقب' اسلام آباد۔ شگفتہ چاند' آزاد کشمیر۔ نوید اختر شہزاد' رائے ونڈ۔ اروبہ حسن' راولپنڈی۔ محمد اشرف' اوکاڑہ۔ زینت خاتون' راولپنڈی۔ عمران جمشید' کراچی۔ عذرا اسراز' واہ کینٹ۔ محمد آصف' واہ کینٹ۔ محمد شاہد فاروق' ملتان۔ محمد ابراہیم' ٹانک۔ محمد بشیر' سرائے عالمگیر۔ فیصل کامران' چکوال۔ قرۃ العین' ٹیکسلا۔ حق نواز' اسلام آباد۔ محمد صابر' راولپنڈی۔ رخسانہ نیلوفر' جہلوال۔ عرشیہ زیدی' فیصل آباد۔ ناہید منظور' کراچی۔ زرقا بانو' ایبٹ آباد۔ عبدالبصیر' بینگورہ۔ محمد رضوان حفیظ' فیصل آباد۔ تحریم' گوجرانوالہ۔ والدہ امجد محمود' منڈی بہاؤالدین۔ قیصر' ششکیاری۔ نازیہ عارف' مری۔ کبریٰ رشید' خیرپور۔ محمد آصف' ساہیوال۔ فیضان احمد' خیرپور۔ محسن علی' حیدرآباد۔ سنیہ خان' چکوال۔ قرار حیدر' چکوال۔ احمد' کنڈیارو۔ ماہ نو' لاہور۔ اسد علی' راولپنڈی۔ محمد عدیل آصف' ملتان۔ آصمہ محسن' اوکاڑہ۔ نسیم اختر' ملتان۔ شہزادو زیب' اسلام آباد۔ کرم دین' پنڈی گھیپ۔ اسلم جاوید' راولپنڈی۔ ساجدہ کلثوم' مظفر گڑھ۔ مریم جمیلہ' کھاریاں۔ اسامیہ طارق' کھاریاں۔ عشرت رفیق' لالہ موسیٰ۔ محمد حسین' فیصل آباد۔ سید احسان علی' کراچی۔ فرزانہ کوثر' صادق آباد۔ سعدیہ نسیم' گجرات۔ میمونہ اکرم گجرات۔ محمد یوسف' فیصل آباد۔ مزمل حسین' بورے والا۔ کرن شاہین' پشاور۔ عائشہ' گوجرانوالہ۔ مہوش لاہور۔ عبدالصادق' مانسہرہ۔ محمد کاشف' لاہور۔ محمد ثوبان رضا' حیدرآباد۔ ثوبیہ فرناز' تلہ گنگ۔ شفیق احمد' جہانیاں۔ اسد ندیم' ڈیرہ غازیخان۔ شائستہ زبیر' اسلام آباد۔ تسنیم خاور' اوکاڑہ۔ محمد عبداللہ' کبیروالہ۔ حمیرا جاوید' لاہور۔ نسیم بانو' کراچی۔ خالد ایوب' کراچی۔ روبینہ ایوب' لاڑکانہ۔ شکیلہ رانا' کراچی۔ بنت صفدر' حافظ آباد' میمونہ نورین' پنڈی گھیپ۔ فیض الرحمٰن' اسلام آباد۔ نورالعین رانا' کراچی۔ فرجاد اذفر' ملتان۔ انور علی' کھاریاں کینٹ۔ خدیجہ' سرگودھا۔

آپ تمام درج ذیل وظیفہ پڑھیں۔

یَاقَادِرُ یَانَافِعُ سارا دن کھلا پڑھے ہر حالت یعنی وضو بے وضو۔ جتنا زیادہ پڑھیں گے اتنا زیادہ فائدہ ہوگا۔ **چند دن' چند ہفتے اور چند مہینے ضرور پڑھیں۔**

تنگدستی میں سخاوت اور حرص میں صحت نہیں: تنگدستی میں سخاوت کی کوئی صورت نہیں اور کھانے کی حرص کے ساتھ صحت کی کوئی دلیل نہیں۔

قسط نمبر 2

عبقری روحانی اجتماع کے حسین مناظر

نجمہ عامر، گوجرانوالہ

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! آپ کی کرم نوازیوں میں سے 22،21،20 نومبر کا اجتماع بھی ہم پر بہت بڑا کرم، شفقت' محبت' دعاؤں، اعلیٰ تربیت پانے، بہت ہی امن سکون روحانیت پانے' سلیقہ پانے' مل کر رہنے ایک دوسرے کا ادب' احساس محبت سیکھنے کا بہت ہی بڑا بہت ہی پرجوش' خوش کن خزانہ تھا۔ یہ خزانہ ہمیں دنیا کے سب خزانوں سے قیمتی عطا ہوا ہے جسے ہم عمر بھر یاد رکھیں گے۔ بہت دعاؤں' نوافل کے بعد آخر وہ دن آ ہی گئے جن دنوں کا شدت سے انتظار تھا۔ خوشیوں بھرا پیغام تھا' روحانی' جسمانی شفائیں' عطائیں ملنے کا پیغام تھا۔ یوں لگ رہا تھا' عید آگئی ہے۔ ایسے موقع پر حضرت عالی نے جو ''خوشبو'' کا ہدیہ عنایت فرمایا اس خوشی کے تو کیا ہی کہنے' بس جزائے خیر تو اللہ ہی عطا فرمائیں گے۔ ہم حضرت کی خانقاہ میں بروز جمعرات تشریف لائے شب جمعہ تھی قرآن ختم کر کے حضرت اور آپ کے حضرت رحمۃ اللہ علیہ اور والدین رحمۃ اللہ علیہم اور اپنی امی جان رحمۃ اللہ علیہ کو ہدیہ کرتی ہوئی درس میں بیٹھی' حضرت کی آمد پر پورا مجمع سراپا شوق اور مجسمہ نیاز بن جاتا ہے۔ حضرت کا دلگداز درس ذکر جو ہزاروں کے مجمع نے جب ایک آواز میں اللہ کو اخلاص والہیت سے پکارا تو عجیب سماں بندھ گیا شاید ہی کوئی آنکھ دل ہو جو اشکبار نہ ہو۔ عجیب نورانی سماں تھا لب پہ آسکتا نہیں۔ اللہ کریم مبارک تسبیح خانہ کو سلامت تاقیامت شاد و آباد رکھے۔ حضرت جس طرح تزکیہ نفس کا کام سرانجام دے رہے ہیں۔ تربیت پانے والوں میں اس کے اثرات نمایاں نظر آرہے تھے' ہر کوئی دوسرے کیلئے خدمت، محبت، وفا، احساس کا ایسا نمونہ پیش کر رہا تھا جس کی مثال نہیں' ہر فلور مہمانوں سے پُر تھا۔ دو ماہ سے لیکر سات سال کے بچے جو ماؤں کے پاس تھے وہ بھی فرمانبردار' جوان' بوڑھے پر اور بوڑھے جوانوں پر شفقت کی مثال تھے۔ نہایت پرسکون ماحول تھا۔ آنکھ جو کچھ دیکھتی ہے لب پہ آسکتا نہیں۔

سب نے مل جل کر بستر لگائے' میں بیسمنٹ میں ٹھہری' میں نے آج تک ایسا دلفریب محبت کا منظر کبھی نہ دیکھا تھا۔ یوں لگ رہا تھا ہزاروں کا مجمع ایک ماں باپ کی اولاد ہیں۔ جو مل جل کر رہتے' کھاتے پیتے' سوتے ہیں۔ تسبیح خانہ ماں کی گود محسوس ہو رہا تھا۔ بالکل ایسا ہی لگ رہا تھا جیسے چھوٹا بچہ ماں کی گود میں پرسکون بے خوف خطر سویا ہو۔ اٹھتے تو جسمانی غذا اور روحانی غذا درس کی شکل میں فیڈ رل رہا' کھاتے پیتے سوتے روحانی جسمانی نشوونما خوب تر ہو رہی۔ اس کا ایک واقعہ پیش کرتی ہوں میری بیٹی سرہانے کے بغیر سوئی صبح اٹھ کر کہتی ہے ماما میں جب اٹھی تو حیران تھی اتنے نرم گرم سرہانے پر کیسے سوئی' دیکھا تو ایک آنٹی کے پیٹ پر سوئی ہوئی تھی اور آنٹی بھی خوب مزے کی نیند میں تھی' عجب محبت کا سماں تھا' لب پہ آسکتا نہیں۔ شب جمعہ جب رات بارہ بجے کے بعد سوئے تو میرے رخسار پر گدگدی سی محسوس ہوئی میں دو بجے اٹھ بیٹھی تو سب بکھرے پروانوں کی طرح سو رہے' صرف سانس چل رہی' میری نظر بیسمنٹ میں سیڑھیوں کی طرف گئی' ہلکی روشنی میں کوئی قد دراز سفید لباس میں شخصیت کھڑی ساتھ عربی کھلا لباس میں' درمیانی قد میں دوسری شخصیت' میں حیرانی سے ان کو دیکھ رہی' میں نے ان کا چہرہ نہیں دیکھا وہ سیڑھیاں چڑھتے ہوئے نظروں سے اوجھل ہوگئے' معلوم نہیں وہ کیا تھے؟ عجب منظر تھا لب پر آسکتا نہیں۔ کھانے کا انتظام اور انتظامیہ بہت اچھا مہذب ماحول' تربیت یافتہ خدمت کرنے والی اپنی خدمات پیش کر رہی تھی۔ لاتعداد مجمع پیٹ بھر کر برکت سے بھرپور لنگر تناول کرتے اور چائے تو ہر کوئی ایسے پی رہا جیسے کوئی کسر رہ نہ جائے حلوہ الغرض خوب سے خوب تر غذا۔ کھانے کے دوران لاتعداد کا دگنا اضافہ ہو جاتا۔ پاؤں رکھنے کی جگہ نہ رہتی پھر بھی ہر فلور میں ایسا ہی ہر کوئی پیٹ بھر کر کھاتا' عجب سماں لب پر آنہیں سکتا۔

صفائی کے ساتھ ترتیب بہت اعلیٰ' ٹائم ٹیبل کے مطابق زندگی' ہر فلور پہ ہر رنگ' ہر فرقے' ہر علاقے کے لوگ مل جل کر رہ رہے' خدمت کرنے والوں کی جزا تو اللہ کے سوائے کون دے سکتا ہے جنہوں نے ترتیب کا بہت خیال رکھ کر لوگوں کیلئے بہترین مثال قائم کی کہ ایسے مخلص ہوتے ہیں۔ باتھ روم' صاف ستھرے' نہ ہی پانی کی کمی' نہ ہی صابن کی کمی' نہ ہی جوتوں کی کمی' نہ کسی قسم کی بدبو' بہت ہی اعلیٰ صاف ماحول۔ خدمت گزاروں نے ایسی خدمت کی ہر وقت صاف ماحول میسر آیا۔ نہ جھگڑا' نہ شور' ہجوم مگر سب پرسکون کھڑے تھے۔ اللہ نے ہر دفعہ ہجوم کے باوجود جلد فارغ کیا' نہایت ہی عافیت کا معاملہ تھا۔ کچن، برتن ہر چیز صاف' کھانا بابرکت' واقعی تسبیح خانہ امن و روحانیت کا حقیقی مرکز ہے۔ سب کو امن ملا' روحانیت ملی' عجب سکون ملا' لب پہ آسکتا نہیں۔ میں تو صبح و شام حفاظت کی دعائیں حم لاینصرون پڑھ کر سب فلور کی زیارت کے لیے اور دم کرتی مجھے تو ہر فلور میں عجیب مسحور کن خوشبو آتی۔ جو محسوس کیا جو دیکھا وہ لب پہ آسکتا ہی نہیں۔ ہر اللہ کی بندی عاشق تھی' ہر ایک کو تسبیح خانہ سے حضرت سے بہت محبت دکھائی دے رہی تھی۔ سب سے گنہگار میں ہی تھی' سب سے کم صلاحیت رکھنے والی نے سب لوگوں سے بہت محبت ادب سیکھا ہے۔ مجھ گنہگار کو تسبیح خانہ کی برکت سے رات دو بجے سے پانچ بجے تک لمبی دعاؤں کی سعادت نصیب ہوئی اور گنہگار کے پاس کچھ نہ تھا' سوائے موٹے بڑے لاتعداد آنسوؤں کا نذرانہ' جو سب کیلئے دعا میں پیش کیا۔ دل بے قابو تھا' بس عجیب لذت تھی' لب پہ آسکتی نہیں۔ بیٹی کو بھی تین دنوں میں پانچ سو نوافل پڑھنے کی سعادت نصیب ہوئی۔ ہر درس، ہر ذکر، مراقبہ روح کو زندہ کرنے والا تھا۔ عورتوں نے انتہائی ادب سے درس سنے' کوئی شور شرابہ اونگھ نہ تھی بلکہ بہت ہمت سے ڈٹ کر مضبوط ہو کر بیٹھی تھیں۔ سب سے کم تر میں ہی عاشق تھی' باقی سب میں عشق جذبے کی انتہا تھی۔ دم پر مجھے یوں محسوس ہو رہا تھا جیسے بہت ہی بڑے نورانی پر ہیں ہم سب ان پروں میں سماگئے ہیں۔ ایسا سکون تھا کہ بس ہمیشہ اس سکون میں رہیں مگر وقت رکتا نہیں۔ وقت نے بے بس کر دیا' ختم ہو گیا' گزر گیا' کیسا تھا لب پہ آنہیں سکتا۔ وقت ختم ہو چکا تھا اور ہم گھروں میں جانے پر مجبور تھے' میں تو رونے لگی' میں نے بڑی بہن سے کہا میں (باقی صفحہ نمبر 41 پر)

عبقری روحانی اجتماع سے کوئی خالی نہیں گیا

اجتماع کے بعد خوشیوں سے بھرے خطوط' نورانیت سے لبریز کیفیات' روحانیت سے معمور دل کو گداز کرنے والے خطوط اور حیرت انگیز مشاہدات ہوئے۔ اگر ان کی تفصیل لکھی جائے تو پوری کتاب بن سکتی ہے۔ اگر ان کو شائع کیا جائے تو کمزور یقین والے اس کو دکانداری یا اشتہار سمجھیں گے۔ الحمدللہ! ثم الحمدللہ روحانی اجتماع میں جس میں پورا ملک اور بیرون ممالک کے افراد یا لوگ بھی شامل ہوئے' دکھیاروں کے دکھ دور ہوئے' مریضوں اور مایوسوں کی آنکھیں ٹھنڈی ہوئی۔ ادارہ عبقری تمام شرکاء کو مبارکباد دیتا ہے اور اللہ کا کروڑہا شکر ادا کرتا ہے۔ انشاء اللہ آئندہ سال نومبر 2016ء کے اجتماع میں کشادہ اور وسیع نظام کیلئے مزین جگہ کا فیصلہ ہو گیا تاکہ آنے والے پرسکون طریقے سے اجتماع میں تین دن گزار سکیں اور حضرت حکیم صاحب دامت برکاتہم کے پرنور فیضان سے مستفید ہو سکیں۔

پیچش دور کرنے کا آسان ٹوٹکہ: زیرہ سفید اگر چنار کی چھال کے رس میں رگڑ کر کھایا جائے تو پیچش فوری دور ہو جاتی ہے۔

بھوپال کی شہزادی کے شاہی حکیم کے شاہی نسخے

مگر چار پانچ دن بعد زخم میں سے پیپ نکلنا شروع ہوگئی اور درد میں اضافہ ہوگیا۔ مجبوراً ٹانکے کھولنے پڑے۔ اینٹی بائیوٹک ادویات اب ذرہ برابر اثر نہیں کررہی تھیں۔ اس موقع پر میں نے اپنے سسر محترم سے رابطہ کیا۔ ان کے دیئے گئے نسخے پر عمل کرکے کچھ ہی دن میں زخم بالکل ٹھیک ہوگیا۔

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! میرے نانا ابوحکیم نقشبند خان بہت بڑے حکیم تھے وہ بھوپال کی شہزادی ثریا کے شاہی طبیب بھی رہے' ان کے بیٹے محمد زبیر قمر بھی بہت اچھے حکیم تھے' انہوں نے ایک بیاض بنائی جو کہ میری والدہ کے پاس ہے' وہ اس میں سے کچھ دوائیاں بنایا کرتی ہیں جس سے لوگوں کو بہت فائدہ پہنچتا ہے' اس میں سے میں کچھ نسخے میں بھی لکھ لائی ہوں اور اب آپ کو بھیج رہی ہوں۔

اکسیر استحاضہ سفید رطوبت (لیکوریا): سنگِ جراحت دس تولے' پھٹکڑی پانچ تولے' گیرو سرخ پانچ تولے' گیرو کو آگ پر پکا کر سفید کرلیں سب کو باریک پیس لیں' تین انگلیوں میں ایک چٹکی دن میں تین بار استعمال کریں۔

فالج کے مریضوں کیلئے اکسیر تیل: بہت ہی فائدہ مند تیل ہے' ہر قسم کے دردوں کیلئے حتیٰ کہ فالج کے مریضوں تک کیلئے اکسیر ہے۔ لونگ' مرچی' سونٹھ ہموزن کوٹ کر سفوف بنالیں اور سرسوں کے تیل میں جلائیں ایک ابال اور جھاگ آنے پر بند کردیں۔ ٹھنڈا ہونے پر بوتلوں میں محفوظ کرلیں۔ رات سونے سے پہلے مالش کرکے گرم کپڑا لپیٹ کر سوجائیں صبح اٹھ کر نیم گرم پانی سے دھولیں۔ **ہاضمہ والی پھکی:** ھوالشافی: اجوائن آدھ پاؤ' کالی مرچ چوتھائی حصہ' نوشادر ایک تولہ' کالا نمک ایک تولہ پیس لیں۔ کھانے کے بعد آدھا چمچ چائے والا استعمال کریں۔ **معدے کی ہر قسم کی تکلیف کیلئے:** گل نیلوفر آدھ پاؤ' گل گلاب آدھ پاؤ' سونف آدھ پاؤ' مہندی سفید دو تولے۔ طباشیر ایک تولہ' الائچی سبز چار تولہ' اجوائن ایک تولہ' بادام ایک کلو باریک پیس لیں اور گلوکوز کا بڑا ڈبہ شامل کرلیں۔ دوائی تیار ہے۔ صبح' دوپہر شام ایک چائے کا چمچ سادہ پانی سے استعمال کریں۔ **سفوف ہاضم:** پودینہ' انار دانہ' مصطگی' مرچ سیاہ ہموزن سفوف بنائیں' دو ماشہ ہمراہ سادہ پانی۔ **فوائد:** معدہ کو لاجواب قوت دیتا ہے۔ **منجن:** لونگ' پھٹکڑی کو توے پر پھول کر پیس لیں۔ مرچ کالی' ڈوڈہ ہم وزن کوٹ کر منجن بنائیں۔ **دل و دماغ اور اعصاب کی تقویت کیلئے:** گل نیلوفر آدھ پاؤ' گل گلاب آدھ پاؤ' انیسوں ایک چھٹانک' صندل سفید دو تولے' الائچی سبز دو تولے' کابلی مصری (نبات) آدھ کلو' سونف بادیان چھٹانک' بادام گریاں پاؤ۔ کوٹ پیس کر دوائی بنائیں۔ ہر طرح کی کمزوری کیلئے مفید ہے۔ **(سلمیٰ عروج' جہلم)**

گائنی اسپیشلسٹ کے خواتین کیلئے چند نسخے

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! امید ہے کہ آپ اللہ عزوجل کی نعمتوں' برکتوں و رحمتوں سے برابر مستفیض ہورہے ہوں گے۔ یہ پہلا موقع ہے کہ کسی شمارے میں خط لکھ رہا ہوں۔ آج پہلی مرتبہ آپ کا درس بذریعہ انٹرنیٹ سنا' بلاشبہ یہ درس میرے لیے ایک سنگ میل کی حیثیت رکھتا ہے۔ میرے کچھ طبی تجربات ہیں جو میں قارئین عبقری کیلئے تحریر کررہا ہوں کہ شاید کسی کا بھلا ہوجائے اور ہم سب کی عاقبت سنورنے کا ذریعہ بن جائے۔ میرے بچپن کا واقعہ ہے' میری عمر غالباً سات یا آٹھ سال تھی' ایک دن میں نے بازار سے کافی زیادہ نمکو اور بسکٹ کھائے' شام کو طبیعت شدید خراب ہوگئی' طبیعت میں بہت زیادہ متلی پیدا ہورہی تھی۔ میرے والد محترم کے ماموں (خدا ان کو کروٹ کروٹ جنت نصیب کرے) نے مجھے تھوڑی سی سونٹھ سل پر پیس کردی۔ چند ہی منٹ میں میری طبیعت ہشاش بشاش ہوگئی۔

تقریباً دو سال پہلے میرا ایکسیڈنٹ ہوگیا جس کے نتیجے میں میرے بائیں پاؤں کا اوپری گوشت باہر آگیا۔ ڈاکٹر نے وہ گوشت کا حصہ صاف کرکے پاؤں میں واپس فٹ کردیا اور زخم کو ٹانکے لگا کر سی دیا گیا۔ ساتھ میں اینٹی بائیوٹک ادویات بھی تجویز کی گئیں جو کہ میں باقاعدگی سے کھاتا رہا۔

مگر چار پانچ دن بعد زخم میں سے پیپ نکلنا شروع ہوگئی اور درد میں اضافہ ہوگیا۔ مجبوراً ٹانکے کھولنے پڑے۔ اینٹی بائیوٹک ادویات اب ذرہ برابر اثر نہیں کررہی تھیں۔ اس موقع پر میں نے اپنے سسر محترم سے رابطہ کیا۔ ان کے دیئے گئے نسخے پر عمل کرکے کچھ ہی دن میں زخم بالکل ٹھیک ہوگیا۔ ذیل میں ان کا دیا گیا نسخہ تحریر کررہا ہوں۔ ھوالشافی: سہاگہ کو بریاں کرلیں۔ زخم کے سائز کے مطابق پٹی بنالیں۔ اس پر ویزلین لگالیں اور اس پر سہاگہ ڈال کر وہ پٹی زخم پر باندھ دیں۔ یہ پٹی پیپ کو اس طرح کھینچتی ہے جیسے موٹر لگا کر پانی کھینچا جاتا ہے۔ بعدازاں جب زخم سے پیپ اچھی طرح ختم ہوجائے تو اس زخم کو لال دوائی (پوٹاشیم میگنیٹ جسے پنکی بھی کہا جاتا ہے) سے دھو کر گاؤدنتی ہڑتال کا کشتہ چھڑک لیں اور زخم کو کھلا چھوڑ دیں۔ یاد رہے کہ گاؤدنتی ہڑتال رات کے وقت لگانا ہے تاکہ مریض رات کو سوجائے اور چلنے پھرنے اور گردوغبار سے محفوظ رہے۔ سہاگہ کی پٹی جب زخم سے اتاریں گے تو اس پر واضح طور پر پیپ لگی ہوئی ہوگی۔ کچھ دن بعد جب پٹی بدلیں اور پٹی پر پیپ کا نشان نہ ہو تو سمجھ لیں کہ پیپ ختم ہوگئی ہے۔ یہ عموماً تین سے چار پٹیوں میں ہوجاتا ہے۔ گاؤدنتی ہڑتال کو صرف ایک سے دو دن لگانے کی ضرورت پیش آتی ہے۔ یہ نسخہ وہ مریض بھی استعمال کرسکتے ہیں جن کے پاؤں کے انگوٹھے کا ناخن اکثر خراب ہوجاتا ہے اور آخرکار نکلوانا پڑتا ہے۔ یہ نسخہ میری والدہ ماجدہ مرحومہ کا ہے۔ اللہ پاک ان کو کروٹ کروٹ جنت نصیب فرمائے۔ میری والدہ گائنی کالوجسٹ تھیں۔ یہ نسخہ انہی سے مجھے ملا ہے۔ اکثر خواتین کو دوران حمل یہ مسئلہ ہوجاتا ہے کہ بچے کی پوزیشن ٹھیک نہیں ہوتی یا کبھی آنول آگے آجاتا ہے اور آپریشن کرنا پڑتا ہے یا کوئی بھی مسئلہ بچے کی پوزیشن کے حوالے سے آجاتا ہے تو اس کیلئے ہومیوپیتھک دوائی Pulsatilla cm کی ایک خوراک ہی کافی ہے۔ درج بالا دوائی کی ایک خوراک دینے کے بعد دوائی کا اثر قائم رکھنے کیلئے Pulsatilla30 کے دس دس قطرے صبح' دوپہر' شام استعمال کروائیں۔

عام طور پر بچہ چوبیس گھنٹے سے ایک ہفتے کے اندر اپنی پوزیشن درست کرلیتا ہے بعض کیسز میں دو سے تین ہفتے دوائی استعمال کروانی پڑتی ہے مگر یاد رہے کہ سات دن کے بعد دوبارہ Pulsatilla 1CM کی خوراک دینی پڑے گی کبھی کبھار ایسا ہوتا ہے کہ بچہ جب اپنی جگہ بدلتا ہے تو اس کے ہلنے سے اندرونی طور پر خون جاری ہوجاتا ہے جس کا اکثر پتہ بھی نہیں چلتا۔ اس چیز سے بچنے کیلئے ساتھ میں Arnica 30 کی ایک یا دو خوراکیں بھی دی جاسکتی ہیں۔ یاد رہے کہ Pulsatilla اس وقت استعمال کروانی ہے جب حمل 36 ہفتے کے قریب پہنچ چکا ہو کیونکہ اس وقت بچہ اپنی جگہ فکس کرچکا ہوتا ہے یا کررہا ہوتا ہے۔ سات آٹھ ماہ کے حمل کے دوران بچہ حرکت کرتا رہتا ہے اور اپنی جگہ بدلتا رہتا ہے۔ یہ نسخہ میں کئی مریضوں پر آزما چکا ہوں۔ بفضل تعالیٰ اللہ پاک نے کبھی مایوس نہیں کیا۔ اس ذات الٰہی نے ہمیشہ اپنی رحمت و برکت مجھ گنہگار پر عنایت فرمائی ہے۔ یہاں ایک اور بات عرض کرتا چلوں کہ اکثر اوقات زچہ و بچہ بظاہر تو ٹھیک ہوتے ہیں مگر کوئی نہ کوئی مسئلہ عین وقت پر ظاہر ہوجاتا ہے اور اکثر اوقات ڈاکٹر صاحبان آپریشن کردیتے ہیں۔ ڈیلیوری کی پیچیدگیوں سے بچنے کیلئے ہومیوپیتھک دوائی Bio Plasgin 26 استعمال کریں۔

میرا روحانی تجربہ: تعوذ کے حوالے سے میرا یہ تجربہ بہت ہی مفید رہا ہے (باقی صفحہ نمبر 43 پر)

خاندانی نااتفاقی ختم کرنے کا وظیفہ: اگر خاندان میں نااتفاقی بڑھ رہی ہے تو روزانہ سورۃ الانفال کی دس نمبر آیت گیارہ دفعہ ہر نماز کے بعد تمام خاندان کا تصور کر کے پڑھیں۔

قدرتی جڑی بوٹیوں کا شاندار قہوہ

یقین جانیے یہ ایک خاندانی رازوں میں سے ایک راز ہے اس کا ایک چھوٹا سا واقعہ سناؤں۔ ایک درزی تھے جو شہر کے بعض مالدار لوگوں کے لباس سیتے تھے جو شاہی انداز کے تھے اور ان کا نذرانہ اور شکرانہ بہت مہنگا تھا

قارئین! آپ کیلئے قیمتی موتی چن کر لاتا ہوں اور چھپاتا نہیں' آپ بھی سخی بنیں اور ضرور لکھیں (ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)

ایک بات بڑوں نے بتائی اور اس کو بار بار سنا کہ جس دور میں چائے کو متعارف کروایا گیا' اس دور میں یہ بات مسلسل سننے کو ملی اور بے شمار تحریروں میں بھی یہ بات آئی ہے کہ جب چائے کے عالمی تاجروں نے چائے کی تجارت کی تو اس کو جگہ جگہ پکا کر فری پلایا گیا حتیٰ کہ اسٹیشنوں پر ٹرینوں میں بھی اس کو فری دیا گیا۔ لوگ اس کو نہایت ناپسند کرتے تھے لیکن اشتہار بھی چلتے رہے فری بھی چلتا رہا۔ یہ سلسلہ آج سے تقریباً اسی (80) سال قبل شروع ہوا اب دنیا میں کھربوں ڈالر کی چائے مجبوری اور ضرورت بن گئی ہے۔ سالہا سال کی تحقیق کے بعد پوری دنیا چائے کے نقصانات اور اس کی وجہ سے دل، گردے' معدہ اور جگر کے مسائل کو مسلسل بیان کر رہی ہے۔ سائنسدان اس تحقیق میں لگے ہوئے ہیں کہ لوگ کسی طرح چائے چھوڑ دیں' کوئی بھی چیز ہو اس کا کبھی کبھار کا استعمال نقصان نہیں دیتا' روزانہ معمول بنانا اور بعض لوگوں کو خود میں نے دیکھا کہ دن میں سولہ سے بیس کپ چائے پینا ان کا معمول ہے۔ وہ کہتے ہیں چائے لب سوز ہو (یعنی لبوں کو جلائے) لب دوز ہو (یعنی گھونٹ بھر کے ہو) اور لبریز ہو (یعنی برتن اور پیالے بھرے ہوئے ہوں) بس یہی لب سوز، لب دوز اور لبریز نے نسلوں کی نسلوں کو چائے پر لگا دیا ہے۔ قارئین! آج کیوں نہ آپ کو ایسا جڑی بوٹیوں کا قہوہ دیں جو ایسا ہو جو آپ کی صحت' تندرستی' نشوونما' فٹنس' جوانی' دل و دماغ' اعصاب' پٹھے ان تمام کیلئے ایک روشن اور لاجواب چمکدار گھونٹ ہو جس کا ہر گھونٹ آپ کے جسم کو نئی زندگی دے۔ کہیں ایسا گھونٹ نہ ہو جو گردے کے ڈائیلاسز کے مریض بڑھائے' کہیں ایسا گھونٹ نہ ہو جو دل کے ہسپتالوں کو تعمیر کرنے پر مجبور کر دے اور دل کے ہسپتال تھوڑے پڑتے جائیں' کہیں ایسا گھونٹ نہ ہو کہ معدے کے امراض کا علاج سب سے شاندار کاروبار بن جائے' کہیں ایسا گھونٹ نہ ہو کہ ازدواجی زندگی اتنی ختم ہو جائے کہ عورت کسی غیر کی طرف جھانکنا یا سوچنا شروع کر دے' کہیں ایسا گھونٹ نہ ہو جو عورت کو لیکوریا کے نام پر ہڈیاں کھوکھلی' خون کی کمی اور جسم میں کمزوری کا تمغہ دے۔ کہیں ایسا گھونٹ نہ ہو جو طبیعت میں چڑچڑاپن' ڈیپریشن' ٹینشن' اینگزائٹی' اسٹریس پیدا کرے' کہیں ایسا گھونٹ نہ ہو جو معاشرے کو تشدد اور عدم برداشت کی راہوں پر لگا دے۔ کہیں ایسا گھونٹ نہ ہو جو جوڑوں کے درد' کمر کے درد اور جوڑوں میں موجود گریس جس سے جوڑ چٹختے نہیں' درد نہیں کرتے ان کو خشک نہ کر دے۔ سچ پوچھیے! یہ جڑی بوٹیوں کے وہ گھونٹ ہیں جو ان سب بیماریوں سے آپ کو بچائیں گے' ان سب تکلیفوں سے آپ کو نجات دیں گے اور یہ ساری چیزیں ایسی ہوں گی جن سے آپ کو فٹنس بھی ملے اور نقصانات سے بھی بچیں گے۔ آئیے! ہم آپ کو ایک ایسے قدرتی جڑی بوٹیوں کے بے ضرر اور نقصان سے پاک قہوہ کی طرف متوجہ کرتے ہیں اور اس قہوہ کا تعارف کراتے ہیں۔ یقین جانیے یہ ایک خاندانی رازوں میں سے ایک راز ہے اس کا ایک چھوٹا سا واقعہ سناؤں۔ ایک درزی تھے جو شہر کے بعض مالدار لوگوں کے لباس سیتے تھے جو شاہی انداز کے تھے اور ان کا نذرانہ اور معاوضہ بہت مہنگا تھا' عام آدمی کی پہنچ سے دور تھا۔ ان کے پاس جو شخص بھی ماپ لینے یا لباس لینے آتا تھا سردی ہو یا گرمی وہ یہ قہوہ پیش کرتے تھے جو بھی پی کر جاتا اور اپنی طبیعت میں سکون اور اپنے جسمانی مسائل اور مشکلات سے ایک کپ سے ہی بہت زیادہ نجات پاتا۔ ان سے کئی لوگ پوچھتے تھے بس وہ کہتے تھے آپ کو آم کھانے سے غرض ہے آم کے درخت یعنی پیڑ گننے سے غرض نہیں۔ وہ کسی کو اس کا فارمولہ یعنی نسخہ نہیں بتاتے تھے ان کے مرنے کے بعد ایک خاتون کو ان کی بیوی سے یہ نسخہ ملا کیونکہ ان کی بیوی ہی یہ قہوہ بناتی تھی۔ یہ نسخہ مجھے اسی طرح گھومتے گھماتے ایک شخص سے ملا۔ جو اس کے بہت دلدادہ تھے اور وہ اکثر اس قہوہ کی تعریف کرتے تھے' ان کے بقول یہ قہوہ پینے والا اگر کسی بیماری میں مبتلا ہوا ہے چاہے وہ موسم گرما کی بیماری ہو یا سرما کی' وہ بارش کی بیماری ہو یا وبائی تو پھر اس کا قصور لگتا ہے کہ وہ اس قہوہ سے دور رہا ہے ورنہ تو یہ قہوہ زندگی ہے' جان ہے' صحت ہے' تندرستی ہے اور کمال ہے! آئیے! اب آپ کو اس قہوہ کے اجزا اور اس کی ترکیب کا تعارف کراتے ہیں: **قہوہ بنانے کی ترکیب:** سبز چائے' سبز الائچی' سونف' پودینہ خشک یا سبز' تھوڑی تھوڑی مقدار میں اگر قہوہ زیادہ بنانا ہو تو زیادہ مقدار میں لیکر اس کو ہلکی آنچ پر ابالیں بہتر یہی ہے کہ چینی نہ ڈالیں ورنہ جیسے آپ کی طبیعت ہو اور اس کو چسکی چسکی پئیں۔ ٹھنڈا کر کے بھی پی سکتے ہیں اور گرما گرم بھی نوش جان کریں۔ قہوہ کیا ہے؟ آپ اس کے اجزا پر غور کریں الائچی مغل بادشاہوں کی صحت کا راز رہا ہے۔ ان کا پلاؤ ہو یا زردہ سالن ہو یا بریانی، قورمہ ہو یا میٹھی ڈش ہر مغل بادشاہ کی ہر غذا میں چھوٹی سبز الائچی ہمیشہ رہی ہے۔ دراصل الائچی کو برصغیر کے بادشاہوں نے متعارف کروایا اور آج پوری دنیا میں یہ جہاں دواؤں میں استعمال ہوتی ہے وہاں غذاؤں کا جزو جان ہے۔ اس میں عورت کے پوشیدہ اعضا کی تقویت' تندرستی اور صحت موجود ہے اور مرد کے پوشیدہ اعضاء کی تقویت' تندرستی اور صحت بہت زیادہ ہے۔ پودینہ آپ کی موجودہ کھاد' زہریلے پانی اور آلودگی سے پلی غذاؤں پھلوں اور سبزیوں کا ایک بہترین اینٹی بائیوٹک اور اینٹی سپٹک یعنی تریاق ہے جس معدہ میں پودینہ یا پودینے کا عرق ہوگا (یعنی قہوہ) وہ معدہ بیماریاں پیدا نہیں کرے گا وہ معدہ روگ نہیں بنائے گا اور وہ معدہ بڑھے گا نہیں یعنی پیٹ کا بڑھنا موٹاپے کا ہونا' چربی کا بڑھنا' کولیسٹرول یوریا، یورک ایسڈ، وغیرہ اس جسم میں پیدا نہیں ہوں گے۔ سونف کے 'س' سے سدابہار' صحت تندرستی 'و' سے والہانہ فٹنس اور تندرستی کا راز، 'ن' سے ہر بیماری کی نفی اور 'ف' سے بڑے بڑے سائنسدانوں کا فلسفہ کہ انہوں نے اس دوائی سے کیا پایا۔ آئیے! اس قہوہ کو اپنے لیے' بچوں اور نسلوں کیلئے اور آنے والے مہمانوں کی تواضع کیلئے زندگی کا ساتھی بنائیں نسل در نسل اس کو چلائیں اس ملک کو صحت مند اور تندرست بنانے میں ہم اپنا بھرپور کردار ادا کریں۔

ان دیکھی مصیبت سے نجات

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! میرے ساتھ ایک عجیب و غریب مسئلہ تھا کہ اگر میں کبھی شام کے وقت لیٹ جاؤں ایسا محسوس ہوتا تھا کوئی میرے اوپر ہے' آنکھیں کھولنے کی لاکھ کوشش کرتی مگر کھلتی نہ تھیں' ذہن میں آتا کہ لَاحَوْلَ وَلَا قُوَّةَ اِلَّا بِاللّٰہِ الْعَلِیِّ الْعَظِیْمِ پڑھوں جیسے ہی میں پڑھنا شروع کرتی فوراً ہی وہ وزن ختم ہو جاتا ہے اور جسم بالکل پرسکون ہو جاتا۔ (سعدیہ کنول)

قد بڑھ سکتا ہے دیر کیسی؟

قارئین! میں ہمیشہ آپ کے تجربات و مشاہدات کی قدردانی کرتا ہوں۔ آپ کے پاس کوئی روحانی' طبی یا کوئی ٹوٹکہ قد بڑھانے کیلئے ہو تو ضرور لکھیں۔ آپ کا صدقہ جاریہ اور احسان ہوگا۔ ایڈیٹر منتظر رہے گا! آپ نے ہمیشہ میری درخواست کی قدردانی کی' اپنا تجربہ یا کسی سے مستند سنا ہو تو ضرور لکھیں!

پریشان اور بدحال گھرانوں کے الجھے خطوط اور سلجھے جواب

نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج

جوابی لفافہ ضرور بھیجیں' مکمل پتہ لکھا ہوا۔ جواب میں جلدی نہ کریں۔

اب فارغ رہنا مشکل ہے: میں نے ساری زندگی محنت کی۔ اسکول کی فیس' پھر کالج کی فیس خود دی' شادی کرنا نہیں چاہتی تھی' ماں کی خواہش کے سامنے مجبور ہوگئی مگر جاب نہیں چھوڑی۔ اب ایک بچہ ہے' شوہر چاہتے ہیں میں جاب چھوڑ دوں اور بچے کا خیال رکھوں۔ مجھے لگتا ہے فارغ رہنا میرے لیے مشکل ہوگا اور پھر اپنے اخراجات کیلئے شوہر سے رقم مانگنی پڑے گی' کچھ سمجھ میں نہیں آتا۔ **(شکیلہ' اسلام آباد)**

جواب: شوہر آپ سے بچے کی خاطر جاب چھڑوانا چاہتے ہیں تو اخراجات کا بھی خیال رکھیں گے۔ آپ کی اور بچے کی ذمہ داری انہی پر ہے۔ بچے کا یہ وقت دوبارہ نہیں آئے گا جب اس کو آپ کی اتنی ضرورت ہو اور آپ بھی اس کی ایک ایک بات کو انجوائے کرسکیں گی۔ جاب کرنے والی خواتین اپنے بچوں کے ساتھ وہ خوبصورت لمحات گزارنے سے محروم رہ جاتی ہیں جو گھر میں رہنے والی خواتین کو ملتے ہیں۔ بچہ بڑا ہوجائے تو دوبارہ جاب کی جاسکتی ہے۔

ذہنی مریضہ بہن: میری ایک بہن ذہنی مریضہ ہے۔ جب سے میں نے ہوش سنبھالا ہے اس کو ایسے ہی دیکھا۔ بچوں جیسی ضد' بچوں کی طرح رونا اور گھر سے باہر نکل جانا' اس کیلئے کوئی بات ہی نہیں۔ والدین حیات تھے تب اس کا حال اس قدر خراب نہ تھا اب تو سب ہی کہتے ہیں کہ یہ ایسی ہی رہے گی' گھر سے باہر نکلتی ہے تو نکلنے دو' ہم روک نہیں سکتے۔ مجھے معلوم ہے اس طرح وہ لوگوں کو پتھر مارے گی مجھے لگتا ہے کہ ہم نے کوتاہی کی ہے شاید وہ ٹھیک ہوجائے۔ **(احسن علی' ملتان)**

جواب: بہن کی جو حالت آپ نے بیان کی ہے' اس سے ظاہر ہورہا ہے کہ وہ ذہنی کمزور مریضہ ہے۔ ایسے لوگوں کو ان کے حال پر چھوڑنا ان کے ساتھ ظلم ہے' اس طرح وہ اور خراب ہوجاتے ہیں۔ جہاں تک ان کے ٹھیک ہوجانے کی بات ہے تو یہ بالکل ٹھیک نہیں ہوتے' البتہ کچھ بہتری آسکتی ہے۔ بہن کو گھر پر رکھنے کی ضرورت ہے۔ انسانی ہمدردی کے تحت دوسری بہنیں یا بھابیاں اس کا خیال رکھیں اگر وہ تشدد پر آمادہ ہو تو دماغ کے ڈاکٹر سے مشورہ کرسکتے ہیں۔

عجیب لڑکی ہے: ایک ماہ قبل بڑی بیٹی نے میری نیند کی دوا کھالی اور یہ خط لکھ کر رکھا کہ ''مجھے کسی سے کوئی شکایت نہیں لیکن میرا زندہ رہنے کو دل نہیں چاہتا'' حالانکہ ہم اس کی ہر ضرورت پوری کرتے ہیں کسی لڑکے وغیرہ کا چکر بھی نہیں۔ کافی دن سے گم سم سی تھی' میں سمجھی امتحان کی فکر ہے لیکن ایسا بھی نہ تھا اس نے تو امتحان ہی نہیں دیا۔ روز گھر سے یونیفارم پہن کر جاتی رہی' اتنا بڑا دھوکہ وہ بھی ماں کے ساتھ! اس کے بعد دوا کھالینا سمجھ میں نہیں آتا۔ جیسے ہی میں نے اس کے بستر پر اپنی دوا کی خالی شیشی دیکھی اس کو جگانے کی کوشش کی پھر فوراً ہسپتال لے گئی' بیٹوں سے چھپایا' ہسپتال جاکر ان کو معلوم ہوگیا۔ عجیب لڑکی ہے' اس نے مجھے مشکل میں ڈال رکھا ہے۔ **(فرحانہ بی بی' گجرات)**

جواب: جب مایوسی کی کوئی وجہ نہ ہو اور انسان مایوس رہے کسی سے شکایت نہ ہو مگر زندہ رہنے کو دل نہ چاہے' گم سم رہے' طالب علم ہے تو امتحان نہ دے' ملازمت پیشہ ہے تو ملازمت چھوڑ دے' اپنی ذمہ داریوں کا احساس نہ ہو' کچھ اچھا نہ لگتا ہو' یہاں تک کہ زندگی بھی' تو یہ سمجھنے میں دیر نہیں کرنی چاہیے کہ ایسا لڑکا یا لڑکی ذہنی طور پر ٹھیک نہیں' نفسیاتی امراض کبھی تو کسی نظر آنے والی وجہ سے اور کبھی بغیر وجہ کے اثر انداز ہوجاتے ہیں۔ بیٹی ڈیپریشن کا شکار معلوم ہوتی ہے۔ اچھی بات یہ ہے کہ جدید علاج اس مرض سے نجات دلا دیتا ہے۔

شادی بعد کی پریشانی: مجھے گھومنے پھرنے کا شوق ہے۔ گھر میں کم ہی رہتا ہوں۔ ایک لڑکی سے دوستی ہے' اب وہ شادی پر مجبور کررہی ہے۔ گھر میں ذکر کیا تو مایوسی ہوئی کیونکہ گھر والوں کا خیال ہے میں غیر ذمہ دار ہوں۔ شادی کے بعد پریشان ہوجاؤں گا۔ فوری طور پر تو اس بات پر بہت غصہ آیا' پھر سوچا کہ کیا کروں' گھر والوں کو یہ کیسے معلوم ہوگا کہ میں شادی کے بعد بہت ہی ذمہ دار ہوجاؤں گا۔ مسئلہ یہ ہے کہ لڑکی کی مرضی ہے اپنے گھر والوں کو لے کر آؤ' ورنہ میں نے تو سوچا تھا کہ دوستوں کو بلا کر نکاح کرلوں گا۔ **(غ' ش)**

جواب: اپنی خواہشات کے معاملے میں آپ کا دماغ بہت تیزی سے کام کررہا ہے۔ لڑکی آپ کے مقابلے میں سمجھدار معلوم ہوتی ہے۔ خود کو ذمہ دار ثابت کرنے کیلئے گھومنا پھرنا کم کریں' گھر کے معاملات کو دیکھیں' سنجیدہ رویہ اختیار کریں۔ نکاح کرلینا آسان ہے جبکہ نبھانا مشکل ہے۔ خود کو بہت بدلنا پڑتا ہے' ایک خواہش کی تکمیل کیلئے بہت سی خواہشات اور آزادی کی قربانی دینی ہوتی ہے۔

عجب خیالات: ایم بی بی ایس کے چوتھے سال کی طالبہ ہوں' کچھ دنوں میں فائنل پیپر ہونے والے ہیں۔ آج کل عجیب عجیب سے خیالات آتے ہیں۔ پڑھنے میں دل نہیں لگتا۔ ہر وقت لیٹی رہتی ہوں' رونے کو بہت دل چاہتا ہے۔ امی نے اپنی طرف سے دم وغیرہ بھی کروایا۔ دل میں خیال آتا ہے کہ میں میڈیکل میں پاس نہیں ہوسکتی جس کی وجہ سے پڑھنے سے ڈر لگتا ہے۔ سوچتی ہوں خاندان میں عزت کم ہوجائے گی۔ دل چاہتا ہے کہیں اکیلی نکل جاؤں۔ **(دردانہ عمر' لاہور)**

جواب: ایم بی بی ایس کے چوتھے سال تک آنے کیلئے پڑھا ہوگا' اب تک پاس ہوئی ہیں تو آخری سال میں بھی محنت اور جدوجہد سے کامیابی حاصل ہوجائے گی۔ سابقہ کامیابیوں کو دیکھیں اور اپنے آپ سے کہیں کہ میں اس مرتبہ اچھے نمبروں سے پاس ہوں گی۔ جو مضامین پڑھنے میں مشکل یا بیزاری ہورہی ہے ان کیلئے اپنی دوستوں سے مدد لیں' گروپ میں پڑھیں' ایک دوسرے کو پڑھائیں۔ سمجھانے سے بھی بہت سی چیزیں سمجھنے میں آسانی ہوتی ہے کیونکہ ہوسکتا ہے جہاں آپ کو مشکل ہورہی ہو' وہاں دوسری لڑکی نے اچھا سمجھ لیا ہو۔ اسی طرح جس بات کو لڑکیاں سمجھ نہ پائی ہوں' وہ آپ سمجھ کر وضاحت کردیں' اپنے اچھے مقصد کی تکمیل پر نگاہ رکھیں۔ عزت خود ہی بڑھ جائے گی۔ اکیلی نکل جانے کی خواہش مایوسی کا سبب ہے' مایوسی پر قابو پاتے ہی یہ کیفیت نہ رہے گی۔

میاں بیوی کی محبت کیلئے خاص الخاص عمل

قارئین! گھریلو ناچاقی' میاں بیوی کی محبت' سالہا سال بیٹیاں ماں باپ کے گھر بیٹھی رہتی ہیں۔ ازراہ کرم! اپنے خصوصی تجربات اور مشاہدات میں سے کوئی نقش ہو وظیفہ ہو یا ٹوٹکہ ہو جس سے میاں بیوی کی محبت حیرت انگیز طور پر بڑھ جائے۔ آپ نے آزمایا ہو یا آپ کے کسی قریبی نے آزمایا ہو بس صرف آزمایا ہوا لکھیں۔ کتابوں سے نقل کرکے نہ بھیجیں۔ آپ کا یہ عمل لاکھوں کروڑوں کیلئے صدقہ جاریہ ہے۔ جو لوگوں کا گھر بسائے گا اللہ اس کا اور اس کی نسلوں کا گھر آباد و شاد رکھے گا۔ ضرور لکھیں! بذریعہ خط' ای میل یا درج ذیل نمبر پر میسج کریں' ہرگز نہ بھولیں

0343-8710009 اس نمبر پر صرف میسج کریں۔

ای میل ایڈریس: contact@ubqari.org

(ایڈیٹر عبقری کی اپیل)

پیدائش کے بعد کی پیچیدگیاں دور: بچے کی پیدائش کے بعد عورت کو سفید زیرہ گھی اور گڑ میں ملا کر کھلانے سے عورت کی اندرونی غلاظت دور ہوجاتی ہے۔

رزق کی زیادتی کیلئے: بہت ہی کامیاب اور مجرب المجرب عمل' سب سے پہلے نماز کی پابندی کریں' یہ رزق کی زیادتی کیلئے بہت ہی ضروری ہے۔ مجھے ایک دفعہ آٹھ لاکھ روپے کی اشد ضرورت پڑ گئی۔ مسلسل چار ماہ باقاعدگی سے درج ذیل دعا پڑھنے سے اللہ تبارک وتعالیٰ نے غیب سے مدد فرمائی۔ بہت سے افراد کو بھی بتایا اوران کو بھی بہت فائدہ ہوا۔ یہ ایک انتہائی آسان عمل ہے اوراس کے تین فائدے یقیناً حاصل ہوتے ہیں۔ 1۔ حج کی سعادت حاصل ہوگی۔ 2۔ گاڑی' سواری بھی ملتی ہے۔ 3۔ کشادہ مکان بھی ملتا ہے۔ انشاء اللہ اس عمل کو کرنے والا کبھی محروم نہیں رہے گا۔ یقین اور اعتماد شرط ہے۔ ایک نوجوان جو اپنے علاقے میں غریب ترین سمجھا جاتا تھا وہ اخروٹ کی ریڑی لگاتا تھا۔ بہت ہی کم

ریڑھی پر اخروٹ بیچنے والا کروڑ پتی کیسے بنا؟ ضرور پڑھیں!

عرصہ میں اس کی معاشی حالت بہتر ہوتی چلی گئی۔ رزق کی فراوانی کے ساتھ ساتھ شاندار کشادہ مکان بھی بن گیا۔ جب اس سے پوچھا گیا کہ اتنی جلدی اتنی ترقی کیسے ممکن ہوئی تو اس نے بتایا کہ اس دعا کو میں نے اوڑھنا' بچھونا بنایا یعنی کہ چلتے پھرتے' اٹھتے بیٹھتے میں نے اس دعا کو کثرت سے پڑھنا اپنا معمول بنالیا جس کی وجہ سے اللہ تعالیٰ نے مجھ پر اپنی رحمت' برکت کے دروازے کھول دیئے اور یہ سب برکتیں اسی کی بدولت ہیں۔ اس دعا کو پڑھنے کا طریقہ اور دعا ذیل میں لکھ دی گئی ہے۔ جب آپ وضو شروع کریں تو سب سے پہلے بسم اللہ والحمدللہ پڑھیں پھر ہر عضو کو دھوتے وقت یہ دعا پڑھتے رہیں جب ہر فرض نماز کے بعد تین بار اس دعا کو پڑھیں دعائے مبارکہ یہ ہیں۔ اَللّٰھُمَّ اغْفِرْلِیْ ذَنْبِیْ وَوَسِّعْ لِیْ فِیْ دَارِیْ وَبَارِکْ لِیْ فِیْ رِزْقِیْ۔ یہ دعا وضو کے درمیان کی ہے اور پورے وضو کیلئے بھی یہی مسنون دعا ہے۔ صبح وشام سات بار سورۂ مائدہ کی آیت نمبر 114 جو کہ درج ذیل ہے کا ورد کیا کریں بہت مفید ہوگی۔ انشاء اللہ صبح کی نماز کے بعد سورۂ یٰسین اور نماز مغرب کے بعد سورۂ الواقعہ پڑھنا نہ بھولیں۔

بے اولاد حضرات کیلئے آزمودہ عمل

جو حضرات علاج کے تمام طریقے آزما چکے ہوں اور کوئی راستہ نہ چھوڑا ہو' تمام ڈاکٹر' حکیم یہ بتا چکے ہوں کہ آپ کے ہاں اولاد نہیں ہوسکتی اور وہ مایوسی کی زندگی گزار رہے ہوں تو آیئے آپ کو ایسا نایاب عمل اور علاج بتاتے ہیں جس کی بدولت آپ کی گود بھی اولاد جیسی نعمت سے فیض یاب ہوجائے گی۔ اس عمل کے ساتھ ساتھ نماز پڑھنا بھی ضروری ہے۔ نماز کے اندر جب قعدہ کی صورت میں بیٹھے ہوں تو درود شریف کے بعد ایک بار اِنَّا لِلّٰہِ وَاِنَّآ اِلَیْہِ رٰجِعُوْنَ پڑھیں دعا کے بعد سلام پھیریں۔ پھر نماز پڑھنے کے بعد یَاحَلِیْمُ سو بار پڑھیں۔ اور پارہ نمبر 29 سورۃ الدھر کی آیت نمبر 11 کو سو بار پڑھیں۔ فَوَقٰىهُمُ اللّٰهُ شَرَّ ذٰلِكَ الْيَوْمِ وَلَقّٰىهُمْ نَضْرَةً وَّسُرُوْرًا ﴿الدھر ۱۱﴾ اس عمل کی برکت سے مادہ تولید ''منی'' کے اندر جراثیم نہ بھی ہوں تو پیدا ہونا شروع ہوجاتے ہیں۔ عمل پڑھنے کے بعد دودھ یا پانی پر دم کرکے پیتے رہیں اور آیت مبارکہ کو چلتے پھرتے رہیں۔ یہ بات یاد رکھیں کہ اگر آپ چاہتے ہیں کہ عمل پڑھنے سے رزلٹ آنا شروع ہوجائے تو اس کے لیے ضروری ہے کہ آپ اپنے اندر تقویٰ جیسی صفات پیدا کریں۔ مندرجہ ذیل نسخہ بنا کر بھی کھائیں۔ **ھوالشافی:** لیموں کے بیج ایک تولہ' فندق ایک چھٹانک' کیکر کا گوند ایک تولہ' مہندی کے خشک پتے دو تولہ' نیم کے خشک پتے چار ماشہ۔ ان تمام نسخہ جات کو علیحدہ علیحدہ باریک پیس کر رکھ لیں۔ پانچ سو ملی گرام کے کیپسول بھر لیں۔ صبح خالی پیٹ اور عصر کے بعد ہمراہ نیم گرم دودھ کے ساتھ لیتے رہیں۔

فوائد: یہ نسخہ مصفی خون' مغلظ منی' الرجی' قبض' تبخیر' گیس اور سرعت انزال کیلئے بہت ہی فائدہ مند ثابت ہوگا۔ نسخہ ہائے منی کی اصلاح کرکے قابل اولاد بنادیتا ہے۔ مکمل کورس صرف ایک ماہ کا ہے۔ **نسخہ جات برائے کالا یرقان:** مجرب المجرب نسخہ حاضر خدمت ہے اور معمول طب ہے۔ **ھوالشافی:** 500 گرام ریوند چینی لیکر اس کو جلا دیں' جتنی راکھ حاصل ہو اس کے برابر کلونجی ڈال دیں' بس دوا تیار ہے۔ **خوراک:** تین ماشہ صبح وشام ہمراہ شہد لیں۔ **نسخہ نمبر2:** سفیدے کے پتے دو کلو باریک باریک کاٹ کر اس میں چار کلو پانی ڈال دیں۔ پھر اسے آگ پر چڑھا دیں جب پانی دو کلو رہ جائے تو اتار کر گرم گرم ہی چھان لیں۔ صبح خالی پیٹ تقریباً ایک پیالی پی لیں **نسخہ نمبر3:** مولیوں کا مربہ ڈال لیں' ایک چھوٹا ٹکڑا تقریباً ایک چھٹانک کا روزانہ کھائیں' یہ عمل تلوار سے زیادہ تیز ہے اور پندرہ دنوں کے بعد اپنی مرضی کی لیبارٹری سے چیک کروائیں۔

گھریلو مسائل کا انسائیکلو پیڈیا

چھوٹی عمر میں بال سفید ہوجائیں تو!

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! درج ذیل نسخہ ہمارا آزمودہ ہے' یہ میں خاص طور پر قارئین عبقری کیلئے بھیج رہا ہوں تاکہ زیادہ سے زیادہ افراد مستفیض ہوں۔

برگ نیم تازہ برگ بیری (چھوٹے بیر والی بیری ہو) 1-1 پاؤ' پانی سے دھوکر کونڈے میں ڈنڈے سے گھوٹ کر مالیدہ کریں۔ تیل سرسوں ½ کلو میں ڈال کر پکالیں۔ پتے جب سرخی سیاہی مائل ہوجائیں تو اتار کر ٹھنڈا کرکے بوتل میں محفوظ کریں۔ اگر پانی تیل میں موجود ہو تو ہلکی آگ پر پکا کر خشک کرلیں۔ یہ تیل متواتر سال بھر لگاتے رہیں۔ خوراک مغز 200 گرام' سونف 100 گرام' الائچی دانہ کلاں 50 گرام۔ کوٹ پیس کر موٹی چھانی سے چھان لیں۔ چینی ½ کلو' پانی 250 گرام میں ڈال کر قوام چاشنی بنائیں۔ نیچے اتار کر تینوں اشیاء ملادیں اور کسی پرات میں ڈال کر رکھ دیں۔ ٹھنڈا ہونے پر چاقو سے برفی کی طرح کاٹ کر ٹکڑے کرلیں۔ 25 گرام روزانہ صبح وشام متواتر کھلائیں۔ ½ دودھ پلائیں۔ 6 ماہ تا ایک سال متواتر کھلائیں۔ 25/20 یوم بعد 5/6 یوم کا ناغہ کرلیا کریں۔ انشاء اللہ تعالیٰ بال سفید نہ ہوں گے۔ سبزیاں پتوں والی مثلاً چقندر' شلجم' مولی بمعہ پتوں کے پکا کر سالن کھائیں۔ بند گوبھی' گھیا توری' دیسی توری بہت مفید ہیں۔ ٹماٹر' گاجر' مٹر کے دانے نکال کر سوپ بنا کر پلائیں' ایک دو بوٹی گوشت چھوٹا ڈال لیں یا مرغی کا گوشت۔

غصہ سے نجات کیلئے

اگر گھر میں کسی سے رنجش' ناراضگی یا شدت کی مخالفت اور لڑائی جھگڑا ہے تو سات مرتبہ درود شریف (کوئی سا بھی) پڑھیں پھر سات بار ''اَللّٰھُمَّ اَذْھِبْ غَیْظَ قَلْبِیْ'' پڑھیں پھر آخر میں سات بار درود شریف پڑھ کر اس فرد پر پھونک ماریں۔ یا پانی پر دم کرکے انہیں پلادیں دو تین بار ایسا کرنے سے انکا غصہ کم ہوجائے گا اور حالات مناسب ہوجائینگے۔ (بحوالہ جلد عبقری جلد 3)

حاسد سے نجات: اگر کوئی آپ سے حسد کرتا اور آپ کو نقصان پہنچانا چاہتا ہے تو سورۃ الانعام کی 47 نمبر آیت تین دن تک 21 مرتبہ روزانہ حاسد کا تصور کر کے پڑھیں۔

بچوں کا صفحہ

باپ کی بات نہ ماننے کی ملی انوکھی سزا

کلیم اللہ شیخ، پہاڑپور

ہاتھی ایک تلاب پر گیا اپنی سونڈ میں پانی بھر کر لایا اور درخت کے نیچے آ کر اس کی جڑوں میں ڈال دیا یوں جڑوں کے قریب کی مٹی نرم ہوگئی پھر دوسری بار بھی اسی طرح پانی لایا پھر درخت کو جھٹکے دیئے۔حمزہ درخت پر اللہ سے توبہ کر رہا تھا

ایک گاؤں میں لکڑہارا رہتا تھا' وہ روزانہ جنگل سے لکڑیاں کاٹ کر لاتا اور بیچ کر اپنا اور گھر والوں کا پیٹ پالتا اس کا ایک ہی بیٹا تھا جس کا نام "حمزہ" تھا وہ بہت شریر تھا جب اس کی عمر 6 سال ہوئی تو لکڑہارے نے اسے سکول میں داخل کروا دیا لکڑہارا خود تو تعلیم حاصل نہیں کر سکا تھا لیکن اس کی خواہش تھی کہ اس کا بیٹا تعلیم حاصل کر کے ایک اچھا آدمی بن سکے۔اس کا بیٹا حمزہ تھا تو ذہین مگر انتہائی لاپرواہ اور کام چور تھا۔وہ روزانہ سکول جاتا لیکن پڑھائی میں کوئی دلچسپی نہ لیتا اور راستے میں دائیں بائیں دیکھتا کبھی کس جگہ رک جاتا اور روزانہ سکول میں دیر سے پہنچتا۔لیٹ پہنچنے پر کئی مرتبہ اسے سزا بھی مل چکی تھی اور اکثر اپنا ہوم ورک بھی مکمل نہ کرتا۔ اس کا باپ اسے بہت سمجھاتا کہ وہ دل لگا کر پڑھے ورنہ وہ بھی ساری زندگی لکڑیاں ہی کاٹتا رہے گا۔حمزہ پر ان باتوں کا کوئی اثر نہ ہوتا آخر کار وہ پانچویں کے امتحان میں فیل ہوگیا تاہم اس کے باپ نے اس کو ایک اور موقع دیا کہ اس بار وہ خوب دل لگا کر پڑھے تاکہ اگلی بار کامیاب ہوجائے لیکن وہ اگلے سال بھی ناکام رہا اب اس کے باپ نے اس کو سکول سے اٹھا لیا اور اپنے ساتھ کام پر لگا دیا۔ایک دن باپ نے اس کو کہا کہ آج میری طبیعت خراب ہے لہٰذا آپ کو جنگل میں لکڑیوں کیلئے اکیلے جانا ہوگا لیکن دھیان سے جانا اور جنگل میں بہت آگے نہ جانا چنانچہ حمزہ لکڑیاں لانے جنگل میں چلا گیا اس نے باپ کی نصیحت پر کوئی عمل نہ کیا اور جنگل میں بہت آگے چلا گیا وہ جنگل کے اس حصے میں چلا گیا جہاں خطرناک جانور تھے' اچانک اسے ہاتھیوں کے شور کی آواز آئی' اس نے جونہی اپنے بائیں طرف دیکھا دو ہاتھی اس کی طرف دوڑے آرہے تھے' وہ دوڑ کر ایک درخت پر چڑھ گیا لیکن ہاتھی اس کو دیکھ چکے تھے اس لیے تھوڑی ہی دیر میں ہاتھی اس درخت کے نیچے پہنچ گئے اور اس درخت کو اپنی سونڈ سے جھٹکے دینے لگ گئے آخر درخت ہلنے لگا اور اس کی جڑوں میں دراڑیں پڑنے لگیں۔ ایک ہاتھی دوسرے ہاتھی کے نزدیک ہوگیا جیسے اس کے کان میں کچھ کہہ رہا ہو۔(جانور بھی باتیں کرتے ہیں لیکن ہم ان کی بولی نہیں سمجھ سکتے) بہر حال ایک ہاتھی کچھ کہہ کر جنگل کی طرف چلا گیا' ہاتھی ایک تلاب پر گیا اپنی سونڈ میں پانی بھر کر لایا اور درخت کے نیچے آ کر اس کی جڑوں میں ڈال دیا یوں جڑوں کے قریب کی مٹی نرم ہوگئی پھر دوسری بار بھی اسی طرح پانی لایا پھر درخت کو جھٹکے دیئے۔حمزہ درخت پر اللہ سے توبہ کر رہا تھا کہ اس نے اپنے باپ کی بات پر عمل نہیں کیا' نہ ہی صحیح طرح تعلیم حاصل کر سکا اور نہ ہی کام کر سکا۔اچانک اللہ نے ایک بات حمزہ کے دل میں ڈالی کہ جب ہاتھی درخت ہلا کر اوپر حمزہ کی طرف دیکھتا تو سر کا دائیں حصہ نیچے ہوتا ہے اس نے اندازہ لگایا کہ نیچے والی ہاتھی کو دائیں طرف سے نظر نہیں آتا چنانچہ وہ آہستہ آہستہ دائیں سائیڈ سے اتر کر نیچے آگیا اور پھرتی دکھا کر وہاں سے بھاگ نکلا۔بعد میں حمزہ نے اللہ تعالیٰ کا شکر ادا کیا کہ اس نے جان بچالی۔اس نے دل میں عہد کیا کہ اب اپنے والد کے حکم پر عمل کرے گا اور خوب دل لگا کر علم حاصل کرے گا۔

پیارے بچو! پان اور کینسر کے نقصانات جانیے

بچو! آج کل نشہ کتنا عام ہو چکا ہے' کہا جاتا ہے کہ گلے کے کینسر کے مریضوں میں ساٹھ سے ستر فیصد تعداد پان کھانے والوں کی ہے' پان' گٹکا' خوشبودار سونف سپاری' سگریٹ وغیرہ کتنی عام ہو چکی ہے۔جب آدمی باہر نکلتا ہے تو پان سے منہ لال کئے ہوئے لوگوں کو دیکھ کر دل جلتا ہے اور جب کوئی بتاتا ہے کہ پان یا سگریٹ وغیرہ کی عادت ترک کر دی تو دل خوش ہو جاتا ہے۔بچو! آپ کے گھر میں کوئی پان' سگریٹ یا چھالیا کھاتا ہے تو اسے بتائیں کہ یہ چیزیں کھانے والوں کا منہ پہلے متاثر ہوتا ہے' ایک دن ایک قریبی آدمی سے ملاقات ہوئی جو روزانہ منہ کو لال کئے ہوئے ہوتا تھا اس سے میں نے منہ کھولنے کو کہا تو مشکل سے تھوڑا سا کھول پایا' زبان باہر نکالنے کیلئے کہا تو صحیح طرح سے نہ نکال سکا' پوچھنے پر بتایا کہ منہ میں چھالا ہے۔ہر پان کھانے والا اپنے منہ کا اسی طرح امتحان لے۔پان کا زیادہ استعمال منہ کے نرم گوشت کو سخت کر دیتا ہے۔جس کے سبب منہ کو کھولنا اور زبان باہر نکالنا دشوار ہو جاتا ہے۔نیز چونے کا استعمال منہ کی جلد کو پھاڑ دیتا ہے اور چھالے بنا دیتا ہے اور یہی منہ کا السر ہے ایسے شخص کو چھالیہ' پان' گٹکا وغیرہ سے فوراً جان چھڑا لینا چاہیے ورنہ یہی السر آگے چل کر کینسر کی شکل اختیار کر لیتا ہے۔

بچو! پان یا گٹکا بکثرت کھانے والے کی پہلے آواز میں خرابی اور بعد میں گلا خراب اور بیمار ہو جاتا ہے اگر وہ اس کو تکلیف تصور کر کے پان کھانے سے باز نہیں آتا تو بڑھتے بڑھتے گلے کے کینسر تک نوبت آجاتی ہے۔بچو ذرا غور کیجئے! جو چونا منہ کے گوشت کو کاٹ سکتا ہے وہ پیٹ کے اندر جا کر نہ جانے کیا تباہی مچاتا ہوگا جو آنتوں اور معدے میں بھی بعض اوقات کٹ لگا دیتا ہے فوری طور پر اس کا پتہ نہیں چلتا جب السر زیادہ بڑھ جاتا ہے تب معلوم ہوتا ہے کہ یہی السر کینسر کا بھیانک روپ دھار سکتا ہے۔پیارے بچو! آپ نے درج بالا مضمون پڑھا' یقیناً آپ پان' گٹکا' چھالیا اور سپاری کے نقصانات سے آگاہ ہو چکے ہوں گے۔اگر آپ میں سے کوئی سپاری وغیرہ کھاتا ہے تو آج سے ہی کھانا بند کر دیں اور اگر آپ کے گھر میں باپ' بھائی' چاچو یا کوئی اس طرح کی کوئی چیز کھاتا ہے تو انہیں پیار سے اس کے نقصانات بتائیں تاکہ آپ کے پیاروں کی صحت محفوظ رہے۔

گونگاپن (گوہانجنی) کیلئے آزمودہ روحانی نسخہ

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! میرے پاس گوہانجنی کیلئے آزمودہ روحانی نسخہ ہے۔گوہانجنی کیلئے میں نے جس کسی کو بھی دم کیا اللہ کی مہربانی سے وہ ٹھیک ہوگیا۔ سانس روک کر سات بار پڑھ کر دم کرے' تین دم کریں۔ سورۂ فاتحہ اور آخری تین سورتیں' آیۃ الکرسی جس بچے پر بھی دم کیا اللہ نے کرم کیا۔بارہا کا آزمودہ ہے۔یہ عمل تقریباً سات سال سے کر رہا ہوں' میرا کام ہو جاتا ہے۔(عطاء اللہ)

بے چین روح

کسی نے حضرت مولانا علاؤالدین صاحب سے آ کر عرض کی جب کوئی مومن کسی بُری محفل میں یعنی موسیقی یا گانے بجانے کی محفل میں بیٹھا رہتا ہے تو اس کو اس بُری محفل میں بیٹھے بیٹھے پوری رات گزر جاتی ہے حتیٰ کہ اس کو نیند نہیں آتی مگر جب وہ کسی اچھی محفل یعنی اللہ والے کی محفل میں آدھ گھنٹہ گزارتا ہے کہ اس کو نیند ستانے لگتی ہے۔اس کی کیا وجہ ہے؟ حضرت صاحب فرمانے لگے: جب مومن کسی نیک محفل میں بیٹھتا ہے تو اس کی روح کو سکون حاصل ہوتا ہے اور نیند آتی ہے جب بُری محفل میں بیٹھتا ہے تو اس کی روح بے چین ہو جاتی ہے اور وہ ساری رات تڑپتی رہتی ہے جس کی بناء پر مومن کو ساری رات نیند نہیں آتی۔**(فرال رضا عطاری' ڈیرہ اسماعیل خان)**

جناتی ہوس کی شکار لڑکی کا لرزتا کانپتا خط

ج۔چ

پھر آہستہ آہستہ ایسا ہونا شروع ہوا کہ جب وہ میرے ساتھ غلط کرتا تھا تو باقاعدہ مجھے نظر آتا' چھوٹا سا قد' سیاہ رنگ اور سفید ڈاڑھی۔ اور کہتا تم صرف میری ہو۔ میرے علاوہ کسی کی نہیں ہوسکتی۔ تم ہی سے میری اولاد بھی ہوگی۔ میں تجھے کبھی کسی انسان کی نہیں ہونے دوں گا۔

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! میری عمر 32 سال ہے اور میری تعلیم ماسٹرز ہے اور میں ایک کالج میں پڑھاتی ہوں۔ میرے والد صاحب اپنی جوانی میں جنات کو پکڑا کرتے تھے۔ آج سے تقریباً بیس سال پہلے جب میں سکول میں پڑھتی تھی تو مجھے رات کو بہت ڈر لگتا تھا' ایسا محسوس ہوتا تھا کوئی کالا سیاہ کتا میرے اوپر چڑھ آیا ہے۔ میں پکارتی' اٹھنے کی کوشش کرتی لیکن بے سود۔ میں نے اپنے والد صاحب کو بتایا تو انہوں نے مجھے تعویذ لکھ دیا اور دم کیا۔ کچھ دن تک تو میں ٹھیک رہی لیکن بعد میں پھر وہی حال ہوجاتا ہے۔ ایسا بہت عرصہ چلتا رہا۔ پھر میں نے اپنی والدہ صاحبہ کو بتایا وہ جو کچھ ''جن'' کرتا تھا۔ میں شرم کے مارے کسی کو نہیں بتاتی۔ پھر یوں ہونا شروع ہوا کہ میں جب بھی دن رات کو سوتی تو وہ میرے ساتھ غلط کام کرتا۔ مجھے کوئی عمل بتاتا جب بھی وہ کرتی تو میرے جسم میں آگ لگ جاتی۔ آیۃ الکرسی پڑھتی لیکن وہ مجھے اس قدر کمزور کردیتا کہ میں ایک لفظ بھی نہ پڑھ سکتی۔ میں ہر مولوی' پیر' عامل کا وظیفہ آزمایا مگر وہ میرے جسم میں اس قدر سرائیت کرچکا کہ کوئی بھی عمل اس کو روک نہ رہا تھا' میں سخت پریشان تھی۔ پھر آہستہ آہستہ ایسا ہونا شروع ہوا کہ جب وہ میرے ساتھ غلط کرتا تھا تو باقاعدہ مجھے نظر آتا' چھوٹا سا قد' سیاہ رنگ اور سفید ڈاڑھی۔ اور کہتا تم صرف میری ہو۔ میرے علاوہ کسی کی نہیں ہوسکتی۔ تم ہی سے میری اولاد بھی ہوگی۔ میں تجھے کبھی کسی انسان کی نہیں ہونے دوں گا۔ وہ باقاعدہ میرے سامنے آکر مجھ سے یہ سب باتیں کرتا۔

مجھے مرد ذات سے نفرت ہوچکی تھی' شادی کے نام سے بھی نفرت تھی۔ خاندانی جھگڑے' گھر بالکل اجڑ چکا تھا۔ اتنی نفرتیں پیدا ہوگئیں کہ بارہ بہن بھائی ہیں چار بھائی بڑے ہیں اور آٹھ بہنیں ہیں لیکن دل نہیں کرتا ایک دوسرے سے بات کرنے کو۔ میرا چچازاد جو کراچی میں گارمنٹس کی فیکٹری میں کام کرنے گیا ہوا تھا وہ میرا منگیتر بھی تھا لیکن میرے والد اور میرے چاچو کے درمیان اتنی دوریاں پیدا ہوگئیں کہ ایک دوسرے کی شکل تک دیکھنا پسند نہیں کرتے تو میرا منگیتر لاہور میں دفتر ماہنامہ عبقری میں حاضر ہوا آپ کے اسسٹنٹ صاحب نے اسے ''یَا قَھَّارُ' تُحُبسِبتم اور اذان کا عمل بتایا اور ساتھ ہی تہدیدی نامہ مبارک دیا۔ اس نے مجھے فون پر تمام اعمال بتائے۔ میں ہر دو گھنٹے بعد سات مرتبہ اذان اور ساتھ مرتبہ سورۂ مومنون کی آخری چار آیت پڑھ کر اپنے دونوں کندھوں پر دم کرتی رہی۔ جب میں نے یہ عمل کیا تھا تو کچھ ہی دنوں کے بعد اس کے آنے میں کمی واقع ہوگئی۔ پھر وہ کچھ عرصہ خوبصورت شکل وصورت بنا کر ہفتہ میں ایک بار آتا' پھر آہستہ آہستہ مہینہ دو مہینہ بعد آتا اور اب اس کا آنا بالکل بند ہوچکا ہے۔ میں نے عمل جاری رکھا۔ پھر میرے چاچو اور میرے والد میں جو دوریاں تھیں وہ ختم ہونا شروع ہوگئیں اور ہماری شادی باعزت طریقے سے ہوگئی۔ اب الحمدللہ میں پرسکون ازدواجی زندگی گزار رہی ہوں اور وہ نامسلم غلیظ شیطان جن سے مجھے ہمیشہ کیلئے چھٹکارا مل چکا ہے۔

اب جب مجھے اپنا ماضی یاد آتا ہے تو میرے رونگٹے کھڑے ہوجاتے ہیں۔ میرے والد بغیر کسی استاد یا کسی عامل کی اجازت کے بغیر جنات کو پکڑنے کا عمل کرتے تھے جس کی سزا ان کی بیٹی کو پندرہ سے بیس سال تک بھگتنی پڑے۔ اگر ہمیں تُحُبسِبتم اور اذان کا عمل نہ ملتا تو شاید اب بھی میں اس جن کی ہوس کا شکار ہو رہی ہوتی۔

(بقیہ: روحانی محفل سے فیض پانے والے)

بات بھی نہیں کرتے تھے۔ میں جانتی تھی کہ جس طرح یہ غصہ ماں باپ کے گھر میں مجھے نقصان پہنچا رہا ہے آگے جا کر بھی مجھے نقصان ہوگا بلکہ ہوسکتا ہے کہ میرا غصہ میرے لیے تباہی کا باعث بن جائے اس لیے میں اپنی اس عادت کی وجہ سے بہت زیادہ پریشان تھی۔ پھر میں عبقری میگزین میں سے دیکھ کر روحانی محفل لکھی گئی ترکیب سے کرنا شروع کردی' ابھی روحانی محفل کرتے ہوئے مجھے صرف تین ماہ ہی ہوئے کہ مجھے محسوس ہوا کہ میرا غصہ کم ہو رہا ہے اور الحمدللہ اب مجھے بالکل بھی غصہ نہیں آتا اور تمام جاننے والے میری اندر اس حیرت انگیز تبدیلی پر نہایت مسرور ہیں۔ میرا دوسرا مسئلہ یہ تھا کہ میرے سے ایک چھوٹا بھائی ہے جو کہ نشہ کرتا تھا' اللہ تعالیٰ کا دیا ہمارے بہت سب کچھ ہے لیکن اس طرح اجاڑنے کیلئے نہیں ہے' پتہ نہیں کیسے میرے بھائی کو یہ نشہ لگ گیا۔ میں نے پھر بھائی کی نیت کرکے روحانی محفل کرنا شروع کردی اور اس کی یہ بری لت چھڑانے کیلئے رو رو کر اللہ سے دعا کرتی۔ آپ سن کر حیران ہونگے کہ وہ اب نشے کے قریب بھی نہیں جاتا اور امی ابو سے اس سلسلہ میں خود ہی معافی بھی مانگ چکا ہے اور آئندہ نہ کرنے کا وعدہ بھی کرچکا ہے۔ اللہ پاک آپ کو اسی طرح خلق خدا کی خدمت کرنے کی توفیق مزید عطا فرمائے۔ خدا آپ کا حامی وناصر ہو۔ (شائلہ ابرار' چیچہ وطنی)

غریبوں کو نہ دینے کا انجام

ن۔ا، کوہاٹ

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! عرض ہے کہ قارئین عبقری کیلئے چند احادیث پیش کرنا چاہتی ہوں امید ہے عبقری رسالہ میں ضرور تحریر کریں گے۔ حضرت انس رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں! قیامت کے دن رحمٰن کے عرش کے سایہ میں تین قسم کے آدمی ہوں گے ایک صلہ رحمی کرنے والا کہ اس کیلئے دنیا میں اس کی عمر بڑھائی جاتی ہے' رزق میں وسعت کی جاتی ہے اور اس کی قبر میں بھی وسعت کردی جاتی ہے۔ دوسرے وہ عورت جس کا خاوند مرجائے اور وہ چھوٹی اولاد کی پرورش کی خاطر ان کے جوان ہونے تک نکاح نہ کرے تاکہ ان کی پرورش میں مشکلات پیدا نہ ہوں۔ تیسرے وہ شخص جو کھانا تیار کرلے اور یتیموں اور مساکین کی دعوت کرے۔ ایک اور حدیث میں آیا ہے کہ جس عمل کا ثواب اور بدلہ سب سے زیادہ ملتا ہے وہ صلہ رحمی ہے۔ بعض آدمی گنہگار ہوتے ہیں لیکن صلہ رحمی کی وجہ سے ان کے مال میں بھی برکت ہوتی ہے اور ان کی اولاد میں بھی۔ (احیاء) ایک حدیث میں ہے کہ صدقہ فطر کے موافق کرنا اور معروف (بھلائی) کا اختیار کرنا والدین کے ساتھ احسان کرنا اور صلہ رحمی آدمی کو بدبختی سے نیک بختی کی طرف پھیر دیتا ہے۔ عمر میں زیادتی کا سبب ہے اور بری موت سے حفاظت ہے۔ (کنزالاعمال) حضرت عبداللہ بن عباس رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ سورۂ قلم میں جو واقعہ گزرا ہے وہ حبشہ کے رہنے والے آدمیوں کا ہے انکے باپ کا ایک بہت بڑا باغ تھا وہ اس میں مانگنے والوں کو بھی دیا کرتا تھا جب اس کا انتقال ہوگیا تو اس کی اولاد کہنے لگی کہ ابو جان تو بیوقوف تھے سب کچھ ان لوگوں پر بانٹ دیتے تھے پھر قسمیں کھا کر کہنے لگے کہ ہم صبح ہی سارا باغ کاٹ لائیں گے اور کسی فقیر کو اس میں سے کچھ نہیں دیں گے۔ حضرت عبداللہ بن مسعود رضی اللہ تعالیٰ عنہما حضور نبی کریم ﷺ کا پاک ارشاد نقل کرتے ہیں کہ اپنے آپ کو گناہوں سے بچاتے رہا کرو آدمی بعض گناہ ایسے کرتا ہے کہ اس کی نحوست سے علم کا ایک حصہ بھول جاتا ہے یعنی حافظہ خراب ہوجاتا ہے اور پڑھا ہوا بھول جاتا ہے اور بعض گناہ ایسے ہوتے ہیں جن کی وجہ سے تہجد کو آنکھ نہیں کھلتی اور بعض گناہ ایسے ہوتے ہیں جن کی وجہ سے اس کی آمدنی جو بالکل اس کیلئے آنے کو تیار ہوتی ہے جاتی رہتی ہے۔ اس کے بعد حضور اقدس ﷺ نے یہ آیت شریفہ تلاوت فرمائی: ''یہ لوگ گناہ کی وجہ سے اپنے باغ کی پیداوار سے محروم ہوگئے۔ پس سب بھائیوں نے مل کر قسم کھائی اور عہد کیا (باقی صفحہ نمبر 37 پر)

ہر قسم کا سردرد ختم: ہر قسم کے سردرد کیلئے سونف دس تولہ مصری دس تولہ باریک پیس کر سفوف بنالیں۔ تین تولہ سفوف رات کو سوتے وقت ہمراہ دودھ یا محض پانی سے اس کو لے لیں۔ یہ نسخہ مقوی دماغ بھی ہے۔

پوشیدہ

دکھیاروں کی بددعاؤں نے دردر کا محتاج کردیا

مجھے آج بھی وہ بددعائیں یاد ہیں جو اس یتیم اور بیوہ عورت نے روتے ہوئے ہمارے دروازے پر کھڑے ہوکر دی تھیں۔ جو جو الفاظ انہوں نے نکالے تھے وہ سب کچھ ہمارے ساتھ ہورہا ہے۔ہم دن بدن غربت' تنگدستی اور ذلت کی دلدل میں دھنستے جارہے ہیں۔

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! امید کرتی ہوں آپ خیریت سے ہونگے اور جس طرح آپ عبقری کے ذریعے دکھی انسانیت کی خدمت کررہے ہیں اللہ پاک آپ کو اس کے لیے اجر عظیم عطا فرمائے۔محترم حضرت حکیم صاحب! میں بھی پچھلے تین سال سے عبقری کی قاری ہوں اور یہ رسالہ مجھے بے حد پسند ہے۔ میں اب اپنی دوست کی زندگی کی کہانی اس کی زبانی سنانے جارہی ہوں جو کہ مکافات عمل پر مبنی ہے۔میں ایک متوسط گھرانے سے تعلق رکھتی ہوں اور میرے گھر کا ماحول بہت پیچیدہ ہے' میرے گھر کا ایک ایک فرد مطلب پرست اور جھوٹی انا والا ہے' سوائے میری والدہ اور بھائیوں کے۔اگر آج میرے گھر کا ماحول ٹھیک نہیں ہے تو صرف میرے والد کی وجہ سے کیونکہ انہیں یہ احساس ہی نہیں ہے کہ میں اپنے بچوں کی تربیت کیسے کروں یا اپنے ماحول کو کیسے اچھا بناؤں۔ ہماری زندگی اجیرن بنی ہوئی ہے' گھر میں کھانے کو کچھ نہیں ہے' ہم چار بہنیں جوان ہیں مگر میرے والد کو کچھ خبر نہیں۔ میری ماں سوچ سوچ کر بوڑھی ہورہی ہے۔ ہمارے ابو نے آج تک میری ماں سے کیا اپنی بیٹیوں سے سیدھے منہ بات نہیں کی۔ اگر ہم کچھ بول دیں یا کوئی مشورہ دے دیں تو ہمارے ساتھ وہ سلوک ہوتا ہے کہ مجھے یہاں لکھتے ہوئے بھی شرم آرہی ہے۔ہمیں کسی قسم کا حق نہیں دیا گیا۔ پہلے ہمارے معاشی حالات بالکل ٹھیک تھے۔کچھ عرصہ پہلے میرے والد نے ایک کاروبار شروع کیا' اس میں انہوں نے دوسرے لوگوں سے پیسے لے کر سود کی بنیاد پر نمبر دو کام شروع کیا جس کی خبر ہمیں بالکل نہیں تھی جب بھی بات کرتے تو فخر اور شیخی سے کہتے کہ میرا بہت وسیع کاروبار ہے اور کتنے بندے میرے آگے کام کرتے ہیں۔ امی کو تو ابو نے کبھی یہ حق دیا ہی نہیں کہ وہ ان سے کچھ پوچھے یا ان کی کوئی رائے لے۔ پھر ابو عمرے کی ادائیگی کیلئے گئے جب واپس آئے تو کاروبار بالکل خراب ہوچکا تھا اور ان کو بہت بڑے خسارے کا سامنا کرنا پڑا۔پھر آہستہ آہستہ قرض دار دروازے تک آنے لگے جس کا سامنا ابو نہیں کرسکتے تھے کیونکہ حقیقت میں ابو ان لوگوں سے ڈرتے تھے یہاں تک کہ ابو ان لوگوں کو قائل کرکے گھر آنے سے بھی نہیں روک سکتے تھے۔ جیسے تیسے کرکے اور جرگہ کرکے کم پیسوں میں اور ان کا حق کھا کر قرض اتارا۔ ان قرض داروں میں ایک بیوہ اور ایک یتیم بچی بھی تھی جو ابو سے اپنا حق مانگتے تھے لیکن ابو نے ان کی بھی نہ سنی اور جرگہ کرکے غلط فیصلوں سے یہ معاملہ رفع کیا۔ اب وہ لوگ ہمیں بہت زیادہ بددعائیں دیتے ہیں وہ بیوہ عورت بھی اور یتیم بچی بھی۔ لیکن اس بات کا احساس تک ابو کو ایک پل نہیں ہوا۔ آج ہم جن حالات میں سے گزر رہے ہیں صرف اور صرف ان کی بددعاؤں کا اثر ہے۔ مجھے آج بھی وہ بددعائیں یاد ہیں جو اس یتیم اور بیوہ عورت نے روتے ہوئے ہمارے دروازے پر کھڑے ہوکر دی تھیں۔ جو جو الفاظ انہوں نے نکالے تھے وہ سب کچھ ہمارے ساتھ ہورہا ہے۔ ہم دن بدن غربت' تنگدستی اور ذلت کی دلدل میں دھنستے جارہے ہیں۔ ابو کے ایک مخلص دوست نے ابو سے کہا بھی کہ آپ ان لوگوں کے پاس جائیں جن لوگوں کا ابو نے حق کھایا ہے اور ان سے معافی مانگیں کیونکہ آپ کے حالات دن بدن خراب ان کی بددعاؤں کی وجہ سے ہورہے ہیں مگر میرے ابو یہ ماننے کو بالکل بھی تیار نہیں ہیں یہاں تک کہ یہ مشورہ دینے والوں کو ابو نے خوب بے عزت کیا اور ان پر طرح طرح کی تہمتیں لگائیں۔

میں سچ کہتی ہوں حکیم صاحب! میں اپنے اس انا پسند اور جھوٹی شان و شوکت اور مطلب پرست ماحول سے تنگ آگئی ہوں۔ میرا بس نہیں چلتا کہ میں اپنے معاشرے کو ٹھیک کرسکوں۔ مجھے سمجھ نہیں آتی غلطیاں وہ کرتے ہیں تو پھر سزا ہمیں کیوں بھگتنی پڑتی ہے؟ ان بددعاؤں کے بعد میرے ابو نے بہت سے نئے کاروبار کیے مگر سب میں نقصان ہی ہوا۔ اگر کسی کام میں کبھی منافع ہوتا بھی ہے تو کوئی نہ کوئی ایسا واقعہ رونما ہوتا ہے کہ سارے پیسے ادھر لگ جاتے ہیں اور میرے والد پھر دونوں ہاتھ خالی لیکر بیٹھ جاتے ہیں۔ مجھے یقین ہے کہ یہ انہی یتیموں اور بیواؤں اور غریبوں کی بددعائیں ہیں جو آج تک ہم کسی ترقی پر نہیں پہنچے' تعلیم میں بھی بہت محنت کرتے ہیں لیکن سب سے بہت پیچھے ہیں۔ چند دن پہلے میرے بھائی کا اتنا زبردست حادثہ ہوا کہ اس کی ٹانگ فریکچر ہوگئی۔ ہماری زندگی میں کچھ بھی ٹھیک نہیں ہورہا۔ معاشی تنگی اتنی ہے کہ امی گھر کے پرانے برتن بیچ کر گزارہ کررہی ہیں۔ اب بھی اگر ہم بچے یا ان کی بیوی ان کو کوئی مشورہ دے دیں تو ہمیں غلط قسم کے طعنے اور گالیاں دے کر چپ کروادیتے ہیں اور وہ باتیں کریں گے جو ہماری سوچ سے بھی باہر ہوں گی۔ کبھی کبھی تو بہت دل کرتا ہے کہ اس گھر سے بہت دور چلی جاؤں؟ لیکن میں آخر کر بھی کیا سکتی ہوں؟۔محترم حضرت حکیم صاحب! میری باتیں تو بہت ہیں اتنی زیادہ کہ لکھتے لکھتے صبح سے رات ہوجائے اور میری باتیں شاید ختم نہ ہوں۔ حضرت حکیم صاحب! میں صرف ایک بات پوچھنا چاہوں گی اور یہ ہی میری باتوں کا خلاصہ بھی ہے اور وہ یہ کہ ہمارے حالات جو دن بدن خراب ہوتے جارہے ہیں اور ترقی کی راہ کی طرف گامزن نہیں کررہے۔ ہر وقت گھر میں توں توں میں میں کا ہونا' بے چینی' ناخوشی کا ہر وقت کا احساس۔ بیماریاں ہر آئے دن' نمازوں میں دل نہ لگنا' ہر کام ہوتے ہوتے رہ جانا وغیرہ وغیرہ۔ کیا یہ سب ان کی بددعاؤں کا اثر ہے جن کا حق صرف اور صرف میرے ابو نے کھایا ہے اور جن میں بیوہ اور یتیم بھی شامل تھے۔حضرت حکیم صاحب! ان لوگوں کا بچہ بچہ ہمیں بددعائیں دیتا ہے۔ اب دل روتا ہے اور برداشت کرنے کی سکت اب ہم میں مزید باقی نہیں ہے۔ اگر یہ سب ان لوگوں کی بددعاؤں کا اثر ہے تو ہم ان بددعاؤں کے اثر سے کس طرح نکل پائیں گے اور ابو کو کیسے سمجھائیں کیونکہ وہ کسی کی بھی بات نہیں مانتے اور اپنی غلطی کو تسلیم کرنے کیلئے بالکل بھی تیار نہیں ہیں۔ آخر سزا ہم کیوں بھگتے ہیں غلطیاں وہ کریں۔ لوگوں کا دل وہ دکھائیں اور سزا ہم کیوں بھگتیں۔ کیوں کیوں کیوں اور آخر کیوں؟

آزمودہ گھریلو ہاضمے دار چکی

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! میں آپ کا رسالہ بہت شوق سے پڑھتا ہوں۔ اس رسالے میں بہت سے روحانی و طبی ٹوٹکے میں آزما چکا ہوں اور لاجواب فوائد حاصل کرچکا ہوں۔ میں اس میں سے دیکھ کر لوگوں کو ٹوٹکے بتاتا رہتا ہوں۔ میرے پاس بھی ایک بدہضمی کا ٹوٹکہ ہے جو میں قارئین عبقری کو ہدیہ کررہا ہوں۔ یقیناً قارئین اس سے بھرپور فائدہ اٹھائیں گے۔ ٹوٹکہ یہ ہے:۔

ھوالشافی: 100 گرام سونف' سو گرام اناردانہ اور سو گرام مصری لیکر پیس لیں۔ کھانے کے بعد ایک چمچ یہ پھکی استعمال کرنے سے فوراً ڈکار آجاتا ہے اور کھانا آسانی سے ہضم ہوجاتا ہے۔ (زاہد' کوئٹہ)

انمول خزانے سے ٹریفک لائسنس کا حصول

میں نے کہا کہ ایک چانس مزید دے دو' کہنے لگا کہ ہم تو ایسے ایسے ڈرائیوروں کو بھی فیل کردیتے ہیں جو پچھلے دس بارہ سال سے ڈرائیونگ کررہے ہیں اگر لائسنس لینا ہے تو پیسے دینے پڑیں گے۔ میں نے کہا کہ میں ایسے ہی لیکر جاؤں گا۔

میں نے اپنا لائسنس بنوانا تھا' میرے والد صاحب نے کہا کہ اس کیلئے تمہیں لازمی رشوت دینی پڑے گی' میں نے کہا کہ میں نے انشاءاللہ رشوت دیئے بغیر ہی بنوانا ہے' اگر نہ بنا تو بغیر لائسنس کے ہی گاڑی چلاتا رہوں گا۔ بہرحال جس دن لائسنس بنوانے جانا تھا اس رات میں نے کثرت سے انمول خزانہ نمبر دو پڑھا اور ساتھ ٹریفک کے تھوڑے بہت سگنل بھی یاد کرلیے اگلے دن انٹرویو کیلئے گیا تو اس نے ٹریفک کے مختلف سگنل پوچھے۔ میں نے اس کے تمام سوالات کا جواب دیدیا۔ اس کے بعد گاڑی کی ڈرائیونگ کا ٹیسٹ ہوا۔ میں ٹھیک طرح سے ڈرائیونگ کرتا رہا لیکن آخری بار گاڑی بیک کرتے وقت ایک کون کے ساتھ لگ گئی۔ وہ کہنے لگا: بیٹھ جاؤ' تمہاری سلیکشن ہونا مشکل ہے' میں بیٹھ کر مسلسل انمول خزانہ نمبر 2 پڑھتا رہا۔ آخر اس نے آکر کہا کہ تم واپس چلے جاؤ اور 42 دن کے بعد پھر آنا۔ میں نے کہا کہ ایک چانس مزید دے دو' کہنے لگا کہ ہم تو ایسے ایسے ڈرائیوروں کو بھی فیل کردیتے ہیں جو پچھلے دس بارہ سال سے ڈرائیونگ کررہے ہیں اگر لائسنس لینا ہے تو پیسے دینے پڑیں گے۔ میں نے کہا کہ میں ایسے ہی لیکر جاؤں گا۔ میں مسلسل تین گھنٹے بیٹھا رہا اور وہ انمول خزانہ نمبر 2 پڑھتا رہا اور آخرکار مجھے لائسنس دے دیا گیا۔ میرے ساتھ ایک لڑکا تھا اس نے ہزار روپے دیکر لائسنس بنوایا جبکہ میں نے بالکل فری میں انمول خزانہ کی برکت سے بنوالیا۔ **(فیض رسول)**

وضو کے تین گھونٹ پانی سے ایڑی کا درد ختم

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! مجھے پاؤں کی ایڑی میں بہت زیادہ درد ہوتا تھا جب میں نے امریکہ کے ڈاکٹر سے چیک اپ کروایا تو انہوں نے ایکسرے کرکے بتایا کہ آپ کی ہڈی کے جوڑ کے درمیان ایک کریک ہے جس کی وجہ سے آپ کو ہر بار مومنٹ کرنے سے ایڑی میں تکلیف رہتی ہے۔ میں نے پوچھا اس کا حل کیا ہے' کہنے لگے کہ آپ کو ایک جوتا 24 گھنٹے مسلسل پہننا پڑے گا۔ صرف نہانے کے وقت اتار سکتے ہیں۔ میں نے وہ جوتا کافی دن استعمال کیا جو میرے گھٹنے تک آتا تھا۔ لیکن کوئی فرق نہ پڑا۔ میں نے پھر ڈاکٹر سے شکایت کی تو وہ بولا کہ آپ کی سرجری کرنی پڑے گی اور آپ کی ایڑی میں ایک سکریو لگادیا جائے گا لیکن اسکے بعد بھی آپ کو درد ختم ہوجانے کی کوئی گارنٹی نہیں دے سکتے۔ میں سرجری کے چکروں میں نہ پڑا اور میں نے کامل یقین کے ساتھ وضو کے بعد تین گھونٹ پانی اس نیت سے پینا شروع کردیا اور چوتھا گھونٹ ایڑی پر مل لیتا۔ اللہ پاک کا اتنا فضل و کرم ہوا کہ میرا درد ختم ہونا شروع ہوگیا اور اب مجھے ایڑی میں کوئی تکلیف نہیں ہے۔ اس کے علاوہ مجھے ذیابیطس کی شکایت تھی جس کیلئے میں گولیاں کھاتا تھا۔ پھر میں نے تسبیح خانہ سے دم والا پانی لیکر پینا شروع کردیا اور میری گولیاں چھوٹ گئیں۔ الحمدللہ! ابھی تک وہ پانی پیتا ہوں اور میری شوگر بالکل نارمل ہے۔ **(سلیم مرزا' شکاگو امریکہ)**

حمل قرار پانے کیلئے آزمودہ مجرب عمل

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! استقرار حمل کیلئے میرے پاس ایک ذاتی مجرب عمل ہے۔ میری خواہش ہے میرا یہ عمل میرے لیے صدقہ جاریہ بنے اس لیے اس کو قارئین عبقری کو بطور ہدیہ پیش کررہا ہوں۔ عمل یہ ہے:۔
21 عدد چھوہارے اعلیٰ قسم کے لے کر ان پر سورۃ تغابن مع بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ کے مکمل 21 بار پڑھیں۔ پھر ایک مہینہ میں سات چھوہارے مرد و عورت اس طرح کھائیں کہ ایک چھوہارے کو آدھا آدھا کرلیں' آدھا عورت کھائے' آدھا مرد کھائے (یا نیم گرم دودھ میں ڈال کر نکال کر آدھا آدھا کرلیں) پھر ہمبستر ہوں۔ اگر پہلے مہینہ میں حمل ٹھہر جائے تو بہتر' ورنہ پھر دوسرے مہینہ میں بھی اسی طرح کریں' حمل ٹھہر جائے تو بہتر نہ ٹھہرے تو پھر تیسرے مہینہ میں بقیہ سات چھوہارے کھالیں اور ہمبستر بھی ہوتے رہیں' انشاءاللہ کام بن جائے گا اور اللہ تعالیٰ اپنی رحمت سے امید قائم کردیں گے۔ نیز جس رات جماع کریں تو عشاء کی نماز کے بعد دونوں میاں بیوی ایک تسبیح رَبِّ هَبْ لِيْ مِنَ الصّٰلِحِيْنَ کی پڑھ کر پھر ہمبستر ہوں۔ درج بالا عمل کئی دفعہ کا آزمودہ ہے' اللہ نے اس عمل کی بدولت بہت سے بے اولاد جوڑوں کو اولاد جیسی نعمت عطا فرمائی ہے۔ **(ج۔ر)**

مناقب اہل بیت اطہار رضی اللہ عنہم

انتخاب: کمی احمد پوری

حضرت عبداللہ بن مسعود رضی اللہ تعالیٰ عنہما بیان کرتے ہیں کہ حضور نبی اکرم ﷺ نماز ادا فرما رہے تھے' جب سجدے میں گئے تو حسنین کریمین رضی اللہ تعالیٰ عنہم آپ ﷺ کی پشت مبارک پر سوار ہوگئے' جب لوگوں نے انہیں روکنا چاہا تو آپ ﷺ نے لوگوں کو ارشاد فرمایا کہ انہیں چھوڑ دو یعنی سوار ہونے دو' پھر جب نماز ادا فرما چکے تو آپ ﷺ نے دونوں کو اپنی گود میں لے لیا۔ **(امام نسائی)**

حضرت عبداللہ بن عباس رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ حضور نبی اکرم ﷺ حضرات حسن اور حسین رضی اللہ تعالیٰ عنہم کیلئے (خصوصی طور پر) کلمات تعوذ کے ساتھ دم فرماتے تھے اور فرماتے کہ تمہارے جد امجد (ابراہیم علیہ السلام بھی) اپنے دونوں صاحبزادوں اسماعیل و اسحاق (علیہ السلام) کیلئے ان کلمات کے ساتھ تعوذ کرتے تھے: میں اللہ تعالیٰ کے کامل کلمات کے ذریعے ہر (وسوسہ اندازی کرنے والے) شیطان اور بلا سے اور ہر نظر بد سے پناہ مانگتا ہوں۔" **(بخاری' ابوداؤد' ابن ماجہ)**

دعا پڑھیں اور اللہ کی مدد خود دیکھیں!

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! درج ذیل دعا میری آزمودہ ہے' اس دعا سے فرشتے کانپتے ہیں۔ یہ واقعہ تو بہت بڑا ہے' بالکل مختصر لکھ رہی ہوں۔ شدید گرمیوں کے دن تھے' ہم بازار جارہے تھے' پیدل راستہ بہت ہی سنسان تھا' نہ بندہ نہ بندے کی ذات' ایک آدمی ہمارے پیچھے لگ گیا' دونوں بہنوں نے درج ذیل دعا پڑھنا شروع کردی' سڑک آگے پیچھے سے بالکل خالی تھی' اچانک ایک رکشہ ہمارے پاس رک گیا' ہم حیران' ہم نے اسے بتایا کہ ایک آدمی ہمارا پیچھا کررہا ہے' ہمیں بازار چھوڑ آؤ' اس نے ہمیں بازار چھوڑا اور کرایہ بھی نہیں لیا کہ آپ میری بہنیں ہو۔ ہم نے بہت اصرار کیا مگر اس اللہ کے بندے نے کرایہ نہ لیا۔ دیکھیں اللہ کی مدد! اس کو تین مرتبہ پڑھنا ہے۔

اَللّٰهُمَّ يَاوَدُوْدُ يَاذَاالْعَرْشِ الْمَجِيْدُ يَامُبْدِئُ يَامُعِيْدُ يَافَعَّالٌ لِّمَا يُرِيْدُ يَاذَاالْعِزَّةِ الَّتِيْ لَاتُرَامُ وَالْمُلْكِ الَّذِيْ لَايُضَامُ يَامَنْ عَلٰى نُوْرِهٖ اَرْكَانُ عَرْشِهٖ يَامُغِيْثُ اَغِثْنِيْ يَامُغِيْثُ اَغِثْنِيْ يَامُغِيْثُ اَغِثْنِيْ اِنَّكَ عَلٰى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيْرٌ۔ **(ف۔م)**

آپ کا خواب اور روشن تعبیر

دشمنوں پر فتح: میں نے دیکھا کہ میں جیسے غیر شادی لڑکی ہوں۔ میری والدہ (مرحومہ) جوان اور خوبصورت میرے قریب بیٹھی ہیں۔ ہم دونوں ایک اونچے سٹیج پر ہیں۔ سامنے کرسیوں پر بہت سے مہمان بیٹھے ہیں' جیسے میری سالگرہ ہورہی ہے۔ سامنے سٹیج کے نیچے دائیں جانب میری انگریزی کی استاد بیٹھی ہیں۔ اچانک ایک طرف سے میرا اکلوتا بیٹا آتا ہے اور ان کا مذاق اڑانے لگتا ہے۔ (ان کا قد بہت چھوٹا تھا) میں غصے سے نیچے اتر کر بیٹے کو ڈانٹتی ہوں' میری استاد کے پاؤں میں جوتا نہیں' میں ان سے ہاتھ جوڑ کر معافی مانگتی ہوں اور ان کے پاؤں' ہاتھ سے صاف کرکے اپنے ہاتھوں سے دباتی ہوں۔ وہ مجھے پیار کرتی ہیں۔ اچانک ایک طرف سے تین سانپ نمودار ہوتے ہیں' جن کی لمبائی تین میٹر سے زیادہ اور موٹائی بھی کافی زیادہ ہے۔ میں دایاں ہاتھ بڑھا کر ان کے حلق سے نیچے کس کر پکڑ لیتی ہوں اس طرح کہ وہ ڈنک نہیں مار سکتے۔ ان کے جسم بھی بے حرکت ہوگئے ہیں لیکن مجھے یہ خطرہ ہے کہ اگر میں نے ہاتھ ڈھیلا چھوڑا تو یہ ڈس لیں گے۔ میں انہیں ایسے ہی دبا کر بھاگتی ہوں کہ کوئی میری مدد کرو' انہیں ماردو یہ ڈس نہ لیں مگر سارا مجمع چھٹ جاتا ہے' سب بے پرواہ ہوکر ادھر ادھر بکھر جاتے ہیں' میں باہر سڑک پر آتی ہوں ہر کوئی میری بات سنی ان سنی کردیتا ہے۔ میرے شوہر جو جوان نظر آتے ہیں وہ بھی پیٹھ پھیر کر بیٹھ جاتے ہیں۔ میرا ہاتھ درد کرنا شروع کردیتا ہے' تھوڑا ڈھیلا پڑتا ہے تو سانپ کلبلا کر منہ کھولنے لگتے ہیں مگر وہ تینوں سانپ اچانک منہ کھول کر سرخ اور زرد رنگ کا گاڑھا زہر زمین پر اگل دیتے ہیں اور ڈھیلے پڑ جاتے ہیں۔ وہ زہر اتنی مقدار میں ہوتا ہے کہ ادھر ادھر بہنے لگتا ہے۔ میں سب کو خبردار کرتی ہوں کہ دور ہوجاؤ' یہ زہر پاؤں میں نہ لگ جائے۔ اس کے بعد میری آنکھ کھل جاتی ہے۔ **(ص۔کراچی)**

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق اس بات کا اشارہ ہے کہ آپ کو اپنے دشمنوں پر مکمل فتح اور کامیابی حاصل ہوگی۔ آپ سورۂ نصر 21 مرتبہ بعد نماز فجر پڑھ کر دعا کرلیا کریں۔ واللہ اعلم۔

سونے کی چوڑیاں: میں نے خواب دیکھا کہ میرے خاوند کی ممانی نے مجھے اور میری ساس کو سونے کی چوڑیاں دی ہیں' مجھے ایک درجن اور میری ساس کو ڈیڑھ درجن۔ میں اور میری ساس انہیں پہن لیتی ہیں لیکن میں انہیں کچھ نہیں کہتی۔ میری ساس چوڑیاں دیکھ کر کہتی ہیں کہ یہ تو بہت باریک ہیں۔ **(ص،کوئٹہ)**

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق اس بات کا اشارہ ہے کہ آپ کو اور آپ کے گھر والوں کو کوئی بڑی خوشی کی خبر ملنے والی ہے۔ آپ چلتے پھرتے یَاخَبِیْرُ یَابَشِیْرُ پڑھتی رہیں۔ واللہ اعلم۔

اثرات کی وجہ سے بندش: میں نے خواب میں دیکھا کہ میں ایک گھر میں داخل ہوتا ہوں اور وہاں ایک کالی موٹی عورت ملتی ہے اور مجھے دھمکی دیتی ہے کہ چلے جاؤ ورنہ تم پر الزام لگادوں گی۔ دائیں بائیں بہت سی بھینسیں ہوتی ہیں۔ میں وہاں سے نکل آتا ہوں' پھر کسی اور گھر میں داخل ہوتا ہوں۔ وہاں کے حالات خراب ہوتے ہیں۔ پھر واپس ایک گلی میں آتا ہوں' آگے چل کر پتہ چلتا ہے کہ گلی بند ہے پھر دوسری اور تیسری گلی میں جاتا ہوں۔ پتہ چلتا ہے کہ وہ گلیاں بھی بند ہیں اور جانے کا کوئی سوال نہیں۔ **(شکیل احمد' کراچی)**

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق آپ کے ساتھ اثرات کی وجہ سے بندش لگی ہوئی ہے تاہم آپ حسب توفیق کچھ صدقہ دیں اور بعد نماز عشاء سورۂ یونس کی 81 نمبر آیت 313 مرتبہ پڑھ کر دعا کرلیا کریں۔ یہ عمل کم از کم 90 دن تک کرنا ہوگا۔ واللہ اعلم۔

آخر یہ کون سا بیٹا ہے؟: میں نے خواب میں دیکھا کہ میرے شوہر کے دور کے رشتے دار کے بیٹے میرے گھر میں گھوم رہے ہیں۔ (خاندان میں ان کی شہرت اچھی نہیں) میں سوچتی ہوں کہ دیکھوں آخر یہ کون سا بیٹا ہے اور کیا کررہا ہے؟ اتنے میں وہ پیچھے سے مجھ پر حملہ آور ہوتا ہے اور میرے منہ اور گردن کو کپڑے سے ڈھانپ دیتا ہے۔ پھر مجھے اپنا دم گھٹتا ہوا محسوس ہوا اور میں چیخنے لگی کہ میرے بچوں نے مجھے جگا دیا۔ **(مسز اعظم' بہاولپور)**

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق اس بات کا اشارہ ہے کہ آپ پر کوئی پریشانی آنے والی ہے تاہم آپ حسب توفیق صدقہ دیں اور ہر نماز کے بعد ایک بار آیت الکرسی اور یَاحَافِظُ یَاحَفِیْظُ یَانَاصِرُ یَانَصِیْرُ یَارَقِیْبُ یَاوَکِیْلُ یَااَللّٰہُ یَااَللّٰہُ 7 بار پڑھ کر دعا کرلیا کریں۔ واللہ اعلم۔

دلی مراد پوری: یہ خواب میں نے چند ماہ قبل دیکھا۔ میں دیکھتی ہوں کہ میں مارکیٹ سے کپڑے خرید رہی ہوں۔ کچھ پیس تو ہلکے رنگ کے ہیں جبکہ ایک شرٹ پیس گہرے فیروزی کلر کا ہے۔ پھر وہ تمام کپڑے اور اسٹین لیس اسٹیل کے نئے بہت سارے چمکدار برتن گاڑی میں رکھے ہیں اور میں گاڑی ڈرائیو کررہی ہوں' سڑکیں بہت صاف ستھری اور خوبصورت ہیں۔ پھر منظر بدلا میں ایک انتہائی بوسیدہ اور شکستہ عمارت کی دوسری منزل پر ایک کمرہ میں ہوں اور وہ جیسے میرا گھر ہے۔ وہ بالکل صحیح حالت میں ہے۔ پھر سارے گھر کی صفائی ستھرائی کرتی ہوں۔ میرے گھر کے ساتھ ایک کھنڈر نما عمارت ہے اور اس کی دیواریں اتنی بلند ہیں کہ میں دیکھ کر حیران ہوتی ہوں۔ میرے ساتھ ایک رشتہ دار خاتون (مرحومہ) بھی کھڑی ہیں' پھر میری آنکھ کھل جاتی ہے۔ **(ت۔س)**

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق اس بات کا اشارہ ہے کہ ان شاء اللہ آپ کی دلی مراد پوری ہوگی اور جو کام باوجود کوشش کے نہیں ہوپارہے ان شاء اللہ جلد ہی وہ پایہ تکمیل تک پہنچ جائیں گے۔ بالخصوص بچی کے رشتہ کا مسئلہ بھی حل ہوجائے گا۔ آپ یَافَتَّاحُ ہر نماز کے بعد 21 بار پڑھ کر دعا کرلیا کریں اور اگر بچی خود بھی پڑھ لیا کرے تو زیادہ بہتر ہوگا۔ واللہ اعلم۔

آم کی فرمائش: میں نے خواب میں دیکھا کہ ہم گھر والے کسی شادی میں گئے ہیں اور میرے ماموں کی فیملی بھی وہاں موجود ہے۔ وہاں پر میری امی کی کزن بھی ہوتی ہے وہ کہتی ہے کہ میری کزن کا رشتہ اپنے بڑے بھائی سے کریں گی اور میرا رشتہ اپنے چھوٹے بھائی سے کریں گی۔ پھر منظر بدلتا ہے اور کمرے میں میرے ابو بیٹھے ہیں اور وہی جس سے میرے رشتے کی بات ہوئی ہے وہ بیٹھا ہے اور مجھ سے کہتا ہے کہ آم کاٹ کرلاؤ تو میں سوچتی ہوں کہ ابو بیٹھے ہیں اور یہ مجھ سے آم مانگ رہا ہے۔ پھر میں اسے آم کاٹ کردیتی ہوں۔ **(صوفیہ' لاہور)**

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق اس بات کا اشارہ ہے کہ آپ کی جس جگہ رشتے کی بات چل رہی ہے اس میں ان کے گھر والوں کی طرف سے بعض اختلافی باتیں سامنے آنے کا اندیشہ ہے تاہم اس رشتے پر کوئی اثر نہیں پڑے گا۔ آپ ہر نماز کے بعد تین بار سورۂ قریش پڑھ کر دعا کرلیا کریں۔ واللہ اعلم۔

ساس کی دعا اور بہو کی تمام پریشانیاں ختم

لہٰذا اس نے گاڑی ٹریکٹر ٹرالی کے سامنے لاکر کھڑی کردی۔ مجبوراً ٹریکٹر ٹرالی کو رکنا پڑا۔ گاڑی والے آدمی نے نکل کر ٹریکٹر ڈرائیور کو صورتحال سے آگاہ کیا۔ سیڑھی لگائی گئی اور اوپر والا آدمی نیچے اترا۔ اس کے اترتے ہی سانپ بھی نیچے اتر گیا

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! ایک واقعہ جو بالکل سچا ہے اور ایک جاننے والے نے بتایا ہے۔ قارئین عبقری کی نذر کررہا ہوں۔ ایک ٹریکٹر ٹرالی جس پر گھاس (پرالی) کے بڑے بڑے گٹھے لدے ہوئے تھے۔ جی ٹی روڈ پر جارہی تھی‘ ایسی ٹریکٹر ٹرالیوں پر عموماً چھوٹی سیڑھی رکھی جاتی ہے تاکہ اوپر بیٹھنے والا آسانی سے اتر چڑھ سکے۔ ٹریکٹر ٹرالی اپنے سفر پر رواں دواں تھی حسب معمول ٹریکٹر ٹرالی پر نصب سپیکر سے گانوں کی بلند آواز گونج رہی تھی کہ کان پڑی آواز سنائی نہ دیتی تھی۔ گھاس کے گٹھوں پر ایک بندہ بیٹھا تھا۔ دفعتاً اس کی نظر دوسرے سرے پر پڑی جہاں اس نے گھاس پر نہایت خطرناک سانپ دیکھا‘ یہ منظر دیکھتے ہی اس کے اوسان خطا ہوگئے بے اختیار اس نے ٹریکٹر ٹرالی کو روکنے کی ہر ممکن تدبیر شروع کردی اس کوشش میں اس نے ٹریکٹر ڈرائیور کو آوازیں دیں لیکن بے سود۔ پھر اس نے جی ٹی روڈ پر گزرتی ٹریفک کو رکنے کا اشارہ کیا مگر کوئی بھی نہ رکتا تھا۔ ایک گاڑی والا دور سے آتے ہوئے یہ منظر دیکھ رہا تھا۔ وہ ٹرالی پر بیٹھے بندے کی بات کو سمجھنا چاہتا تھا۔ لہٰذا اس نے گاڑی ٹریکٹر ٹرالی کے سامنے لاکر کھڑی کردی۔ مجبوراً ٹریکٹر ٹرالی کو رکنا پڑا۔ گاڑی والے آدمی نے نکل کر ٹریکٹر ڈرائیور کو صورتحال سے آگاہ کیا۔ سیڑھی لگائی گئی اور اوپر والا آدمی نیچے اترا۔ اس کے اترتے ہی سانپ بھی نیچے اتر گیا اور آناً فاناً گاڑی والے کو ڈس کر نظروں سے غائب ہوگیا اور گاڑی والا موقع پر ہی تڑپ تڑپ کر جان کی بازی ہار گیا۔

اب سب لوگ پریشان بھی تھے اور حیران بھی۔ اس سلسلے میں پولیس کو بلایا گیا‘ پولیس نے تفتیش کیلئے گاڑی کی اچھی طرح چھان بین کی۔ کاغذات اور شناختی کارڈ کے علاوہ گاڑی کی ڈکی میں سے ایک لاش بھی برآمد ہوئی۔ گاڑی والے کی موت کا اس کے گھر والوں کو بتایا گیا۔

لاش کا پتا چلانے پر معلوم ہوا کہ وہ گاڑی والے کا یتیم بھانجا تھا اور اس آدمی نے اسے زمینوں کے تنازع میں آکر قتل کرڈالا اور اب اس کی لاش کو ٹھکانے لگانے کیلئے کہیں لے جارہا تھا۔ اس آدمی کو ڈسنے والا وہ سانپ نہیں گویا کوئی فرشتہ تھا جس کی وجہ سے قدرت نے اس کے یتیم بھانجے کا انتقام لیا۔ (نام نہیں)

ساس کی خدمت نے مقدر سنوار دیا

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! اللہ تعالیٰ آپ کو آپ کے نیک اعمال کی جزا اپنے خزانہ غیب سے عطا فرمائے جس طرح آپ اپنی دعاؤں میں ہم سب کی ضرورتوں کو پورا کرنے کیلئے اللہ کے خزانہ غیب کو پکارتے ہیں ایسے ہی اللہ آپ کو غیب کے خزانوں سے خیر عطا فرمائے۔ میری شادی میرے پھوپھی زاد سے ہوئی‘ اللہ تعالیٰ کا شکر ہے کہ میرے والدین نے میری تعلیم و تربیت کا بندوبست شہر کے بہترین سکول اور کالج میں کیا‘ اچھی تعلیم اور اچھی ماں کی تربیت لے کر سسرال آئی۔ میری ساس بہت اچھی پہلی ثابت ہوئی۔ شروع کے دس سال مثالی گزرے ہمارا کبھی کوئی لڑائی جھگڑا نہ ہوا‘ ہر کوئی ہماری مثال دیتا تھا۔ پھر کچھ حاسدوں نے اپنا چکر چلایا کہ ہمارے آپسی تعلقات خراب ہوگئے‘ میں اُن سے وہ مجھ سے بدگمان ہوتی گئیں‘ کاروباری حالات بگڑنے لگے‘ ہم میاں بیوی گھر میں اپنی حیثیت کھونے لگے۔ حالات اتنے خراب ہوئے کہ ہم میاں بیوی اپنا بھرم رکھنے کو اندر ہی اندر زیور بیچنے لگے‘ زیور بیچ کر بچوں کا داخلہ‘ کبھی فیس اور کبھی شادی بیاہ کے معاملات نپٹانے لگے۔ سب حالات سخت پریشان کن تھے۔ رو رو کر اللہ کے آگے اپنی فریاد کی۔ انہی دنوں میری والدہ وفات پاگئیں۔ میں نے بھی یہ سوچ لیا کہ جو قیمتی چیز ماں کی صورت میں مجھ سے جدا ہوئی وہ اب دعاؤں کے خزانے کی صورت میری ساس میرے پاس موجود ہے۔ میں یہ جان گئی کہ میری زندگی کی کامیابی ساس کی خدمت میں پوشیدہ ہے۔ میں نے ساس کی خوب خدمت کرنا شروع کردی‘ ہم دونوں میں بدگمانیاں ختم ہوگئیں‘ ہم دونوں تہجد میں اٹھ کر خوب دعائیں کرتیں تو ساس کی دعاؤں سے میرے شوہر کا کاروبار پھر سے بہتر ہوگیا۔ اب حالات یہ ہیں کہ اللہ سے مانگنا آگیا ہے‘ میاں کی صحت بھی پہلے سے بہتر ہے۔ قارئین! اپنی ساس کو ماں بنائیں پھر دیکھیں زندگی میں کیسا سکون آتا ہے‘ ساس کو ماں سمجھیں گی تو اگر وہ کبھی ڈانٹ بھی دیں تو آپ کو بالکل برا نہ لگے گا۔ (ف۔ ط)

عبقری نے زندگی دوبارہ لوٹا دی

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! زندگی میں پہلی بار خط لکھنے کا اتفاق ہورہا ہے‘ آپ کیلئے دعائیں تو بے حد اور بے شمار نکلتی ہیں‘ اللہ آپ کی نسلوں تک آپ کے کار خیر کی جزا عطا فرمائے۔ یہ دل سے نکلی ہوئی دعائیں سنتا تو آپ کی روٹین میں شامل ہوگا۔ اللہ آپ کو ایسی جزا عطا فرمائے جو اللہ نے اپنے غیب کے خزانوں میں چھپا کے رکھی ہو جس کے مل جانے پر آپ بھی حیرت زدہ ہوجائیں۔

شادی ہونے کے بعد زندگی گزارنے کے بہت سے سبق عملی زندگی میں آکر میں نے اپنے میاں سے سیکھے‘ ہم ایک دوسرے کے بہت اچھے دوست ہیں‘ کچھ عرصہ پہلے میرے میاں کو شوگر جیسی بیماری نے گھیر لیا اور کاروباری حالات بہت زیادہ خراب ہوگئے‘ ہم دونوں بہت پریشان ہوگئے‘ اللہ سے دعا کرتی کہ یااللہ میرے خاوند کو اس موذی مرض سے نجات دے۔ زندگی کے یہ کٹھن دن ہم نے ایک دوسرے کے سہارے گزارے جب روپے پیسے کی کمی کی وجہ سے اپنوں کے رخ بھی بدل گئے۔ اللہ تعالیٰ کے آگے گڑگڑانے کے تین چار دن بعد مجھے کتابوں کی ایک دکان سے عبقری ملا۔ ان دنوں مجھے بازار میں شوگر کے بارے میں کوئی بھی لٹریچر ملتا تو لے کر پڑھتی۔ جب مجھے عبقری اگست 2011ء کا شمارہ ملا تو سرورق پر شوگر کے بارے میں ہی کچھ لکھا تھا۔ ان دنوں عبقری کا ہدیہ تین روپے تھا لڑ جھگڑ کر رسالہ بیس روپے میں خرید لائی۔ گھر لاکر میں نے پہلے تو رسالہ چھپا دیا کہ نہ جانے اس میں کیا ہوگا؟ چند دن بعد آرام سے بیٹھ کر دیکھوں گی کہ آیا رسالہ پڑھنے کے قابل ہے بھی یا نہیں۔ چند دن بعد جب رسالہ نکالا تو جیسے سب کے ساتھ ویسے ہی میں بھی حیران ہوتی گئی۔ یقین نہیں آرہا تھا کہ کوئی رسالہ اتنا گراں قدر بھی ہوسکتا ہے۔ پھر تو میں ہر ماہ رسالہ خریدنے لگی۔ اس رسالے میں لکھے وظائف و نسخہ جات کی وجہ سے میرے شوہر کو اللہ نے صحت جیسی نعمت دوبارہ لوٹا دی۔ دیگر نسخہ جات و وظائف کے ساتھ میرے شوہر نے ٹھنڈی مراد اور ستر شفائیں استعمال کیں۔ الحمدللہ! اب ہمارے گھر میں سکون آگیا ہے‘ ہماری معاشی حالت بھی دن بدن بہتر ہورہی ہے۔ ہم نماز تہجد کے پابند ہوگئے ہیں۔ عبقری کی وجہ سے بہتری ہی بہتری ہے۔ ہمارے گھر میں اب ہر وقت درس چلتا ہے‘ میرے شوہر کی ٹانگ میں پچھلے دس سال سے درد تھا‘ ہر جگہ سے علاج کروانے کے باوجود آرام نہ آتا‘ اب صرف درس سننے کی برکت سے ٹانگ کا درد بالکل ٹھیک ہوگیا۔

خواتین پوچھتی ہیں؟

ام اوراق

یہ صفحہ خواتین کے روزمرہ خاندانی اور ذاتی مسائل کیلئے وقف ہے۔ خواتین اپنے روزمرہ کے مشاہدات اور تجربات ضرور تحریر کریں۔ نیز صاف صاف اور صفحے کے ایک طرف مکمل لکھیں۔ چاہے بے ربط ہی کیوں نہ ہوں

ہونٹوں کا روکھا پن: میرے ہونٹ بالکل روکھے ہوگئے ہیں، ہاتھ پاؤں کالے ہو رہے ہیں، چہرے پر بھی چھائیاں ہیں، اس کے لئے بتایئے۔ **(فریحہ، لاہور)**

مشورہ: فریحہ بی بی! رات کو سوتے وقت ناف میں کوئی سا تیل ذرا سی روئی میں لگا کر رکھیں، صبح نکالیں۔ آپ اسے معمول بنالیں تو بے شمار فائدے ہوں گے، گرم گرم دودھ اور چائے ہرگز نہ لیں۔ کچھ لڑکیاں منہ میں پنسل، پین یا کلپ ڈالے رکھتی ہیں، اس سے بھی ہونٹ خراب ہوجاتے ہیں۔ نچلا ہونٹ لڑکیاں اکثر چوستی رہتی ہیں یا زبان سے چاٹتی ہیں۔ ہر وقت لپ اسٹک لگانے سے بھی ہونٹ خشک ہوجاتے ہیں۔ دوسروں کی استعمال شدہ لپ اسٹک نہ لگایئے، اس سے چھوت لگ جاتی ہے۔ آپ کچے دودھ میں گلاب کی پتیاں بھگو کر روئی سے ہونٹوں پر ملیے سیب کے بیج میں پیس کر ہونٹوں پر لگانے سے بھی پھٹے ہونٹ صحیح ہوجاتے ہیں۔ جب بھی سلاد بنائیں آپ کھیرے کا قتلہ ہونٹوں پر ملیں، کھیرے سے جلد ملائم ہوگی کھیرے کے بہت سارے فائدے ہیں۔

پاؤں تھک جاتے ہیں: مجھے کام کے سلسلہ میں بہت پیدل چلنا پڑتا ہے کچھ دنوں سے میرے پاؤں رات کو سوج جاتے ہیں، بہت درد ہوتا ہے، کبھی کبھی بو بھی آنے لگتی ہے، اس کے لئے بتایئے۔ **(مسز اسماعیل، رانا)**

مشورہ: پاؤں کو بھی آرام ملنا چاہیے، آپ اپنے جوتے کا جائزہ لیں اس کی وجہ سے تو پاؤں نہیں سوج رہے' آپ گھر آکر پانی میں نمک ڈال کر کم از کم پندرہ منٹ تک پاؤں بھگویا کریں، پاؤں میں بدبو محسوس ہو تو آدھے لیموں کا رس پانی میں ملایئے اور نمک ڈالیے، لیموں کا چھلکا لے کر نمک لگا کر پاؤں کے تلوے پر آہستہ آہستہ رگڑیے، اس سے پاؤں صاف ہوں گے اور تھکن بھی دور ہوگی۔ پاؤں دھونے کے بعد خشک کریں چند قطرے زیتون کے تیل اور چند قطرے عرق گلاب ملا کر پاؤں پر اچھی طرح مالش کریں، اس سے سکون ملے گا۔ پندرہ دن میں ایک بار آپ پاؤں کے تلوے پر مہندی بھی لگوایئے، مہندی پاؤں کو آرام دے گی اور تکان بھی دور کرے گی۔ جوتوں کو دھوپ میں رکھیں اور صاف کرکے پہنا کریں، جوتے تنگ ہوں یا سلائی ادھڑ گئی ہو تو بھی تکلیف دیتے ہیں۔

دماغ تازہ ہوگیا: میری ایک دوست بھارت سے لیموں اور کینو کا تیل لائیں، میرے سر میں بہت درد رہتا ہے۔ انہوں نے دو چار بوندیں میری پیشانی پر لگا کر مالش کی اور آدھا چمچ تیل سر پر بھی لگایا۔ تیل کی مالش سے میرا دماغ تازہ ہوگیا ہے یہ تیل کیسے بنتے ہیں؟ میں نے بہت سارے لوگوں سے پوچھا لیکن جواب نہیں ملا۔ اس مجھے بہت زیادہ فائدہ ہوا ہے۔ **(ساجدہ، کراچی)**

مشورہ: مختلف چیزوں کے تیل بنتے ہیں جن کی افادیت مسلمہ ہے تیل سے بہت فائدہ ہوتا ہے تیل کی مالش جوڑوں کے درد، سر درد میں اکسیر ہے تو سردی کے موسم میں حرارت بخش اور گرمیوں میں سکون بخش، مثال کے طور پر لونگ کا تیل ہی لے لیں، دنیا بھر میں اسے ڈاکٹر بھی استعمال کرتے ہیں۔ آپ شیشے کی دو بوتلیں، تیز گرم پانی سے صاف کریں اور الٹ کر رکھ دیجئے۔ جب سوکھ جائیں تو ہر بوتل کے اندازاً چار حصے کریں، تین حصوں میں زیتون یا تلوں کا تیل بھریں، ایک بڑا لیموں لیں جو بالکل تازہ و صاف ستھرا اور بے داغ ہو۔ اسے کاٹ کر رس نکالیں اور چھلکے بالکل باریک باریک کاٹ لیں اب انہیں آپ تیل میں رس کے ساتھ ملایئے۔ دس منٹ تک خوب ہلایئے، پھر کسی اندھیری اور گرم جگہ میں رکھ دیجئے۔ دوسری بوتل میں بھی تیل بھریں آدھے کینو کے چھلکے باریک کاٹ کر بوتل میں ڈالیے اور پھر ایک چمچ اس تیل میں ملا کر اسے بھی تاریک جگہ رکھ دیں۔ سولہ روز بعد یہ بوتلیں نکالیے، خوب ہلایئے اور چھان کر تیل دوبارہ بوتلوں میں بھر لیں۔ بوتلوں پر نشان لگا دیں یا کینو اور لیموں لکھ دیں۔ تیسری بوتل میں آپ دونوں ہم وزن ملا کر رکھ لیجئے۔ فرحت بخش تیل تیار ہے، آپ اس سے ہلکے ہاتھوں سے پیشانی اور کنپٹیوں پر مالش کریں اور سر کے بالوں کی جڑوں میں ہلکے ہاتھ سے اچھی طرح لگایئے۔ پانچ منٹ کی مالش سے آپ کو لگے گا کہ سر درد ختم ہوگیا ہے اور دماغ بالکل تازہ ہوگیا ہے۔ مالش کرنا بھی ایک فن ہے، جو لوگ مالش اور مساج کرنا جانتے ہیں وہ اپنی انگلیوں کی ماہرانہ مالش سے سارا درد اور تکلیف دور کردیتے ہیں۔ یہ فن زمانہ قدیم سے چلا آرہا ہے، پرانے لوگ طرح طرح کی جڑی بوٹیوں سے عرق کشید کرکے تیل بناتے تھے اور مریضوں کو فائدہ ہوتا تھا آج بھی جڑی بوٹیوں پر تحقیق جاری ہے، پاکستان میں دھنیے کا تیل تو عام استعمال کیا جاتا ہے اس کی بھینی بھینی خوشبو جسم کو سکون بخشتی ہے، مختلف پھولوں کے تیل کو زمانہ قدیم سے گھریلو بڑی بوڑھیاں ابٹن میں بھی رنگ گورا کرنے کیلئے ملاتی ہیں۔

پورے جسم پر بال: بیس سال کی عمر میں سارے جسم پر کالے رنگ کے بال نکل رہے ہیں۔ جو بڑھتے جارہے ہیں اور اب چہرے پر بھی آگئے ہیں۔ دوسری بات یہ کہ میں موٹی ہوتی جارہی ہوں جبکہ کھانا بہت کم کھاتی ہوں۔ ویسے کوئی اور تکلیف نہیں۔ آپ اس سلسلے میں ضرور لکھیے۔ **(سویرا شاہد، ملتان)**

مشورہ: میں نے کچھ ڈاکٹروں سے اس سلسلے میں پوچھا ہے وہ کہتے ہیں آپ اپنے ڈاکٹر سے پوچھ کر ہارمون ٹیسٹ کرایئے پھر پتہ چلے گا کہ اس تکلیف کی کیا وجہ ہے۔ قارئین اگر کوئی ان کی مدد کرنا چاہیں تو ضرور قارئین کے سوال قارئین کے جواب سلسلہ میں مطلع کریں۔

قبض کا مجرب ولاجواب غذائی شفائی علاج

قبض ایک ایسی حالت ہے کہ جس میں اجابت معمول کے مطابق نہیں ہوتی بلکہ فضلہ اپنی مقدار سے کم خارج ہوتا ہے۔ قبض کا مجرب غذائی علاج: صبح: مغز بادام' کھجور' مغزیات کا حریرہ' مربہ گاجر یا جو میسر ہو۔ دوپہر: سالن ٹینڈے' مرغ' گوشت بکرا' بھنڈی' سبز مرچ' دال مونگ' میتھی کا ساگ' گاجر' کالی مرچ اور ادرک وغیرہ ڈال کر تیار کریں۔ رات: دوپہر والا سالن کھا کر قہوہ گھی آمیز دلی لیں۔ پھل: انگور شیریں' امرود شیریں' بادام' خوبانی' شہتوت' چلغوزہ' خربوزہ۔ روغنیات: روغن بادام' روغن زیتون' روغن بنولہ' دیسی گھی۔ نوٹ: بناسپتی گھی قطعاً استعمال نہ کریں چونکہ قبض والے آدمی کیلئے انتہائی مضر ہے۔ اس کے بجائے صابن استعمال کرلیں تو بہتر ہے۔ نوٹ: دائمی قبض والے مریض کو صبح و شام موسم گرما میں گرم پانی موسم سرما میں گرم ریت کی ٹکور ضرور کرنی چاہیے۔ اس عمل سے سوزش بہت جلد ختم ہوکر صحت بحال ہونے لگتی ہے۔ پرہیز: اچار' پکوڑے' بڑا گوشت' نان' کلچہ' پیاز' سموسے' ابلے انڈے' فٹ پاتھ والے پراٹھے' چپل کباب' دہی' لسی' بینگن' چنے' مچھلی' مکئی' باجرہ' دال مسور' ٹماٹر' کچنار' مونگ پھلی' ناریل' جامن' فالسہ' وٹامن سی اور بی کے مرکبات' کیلشیم اور فولاد کے مرکبات' ہر قسم کی نشہ آور اشیاء۔ **(نصیر احمد، ایبٹ آباد)**

انتخاب: محمد طارق سلیم (جھنگ صدر)

باجرہ کی روٹی اور چقندر کا سوپ' پائیں صحت بھرپور

صبح صبح ایک چقندر ناشتے سے آدھ گھنٹہ پہلے کھانے والے افراد کا رنگ نکھرنے لگتا ہے' رنگت صاف کرنے والی مہنگی اور کیمیائی اثرات کی حامل کریموں کے بجائے یہ طریقہ استعمال کریں صحت کے ساتھ رنگ بھی نکھر جائے گا۔

آپ نے باجرے کی روٹی ساگ کے ساتھ ضرور کھائی ہوگی' اس کے علاوہ باجرے کے آٹے سے میٹھی ٹکیاں بھی بنائی جاتی ہیں۔ باجرہ طرح طرح سے کھایا جاتا ہے لیکن اس کے فوائد سے ہم پوری طرح واقف نہیں ہیں۔ حال میں ہونے والی تحقیق سے معلوم ہوا ہے کہ بواسیر کے مسّوں سے خون آنے' پژمردگی، بے خوابی، نامردی، ہائی بلڈ پریشر، ذیابیطس اور تپ دق کی روک تھام کیلئے باجرہ مفید ہے۔ باجرہ ضعف باہ کے مریضوں کیلئے ایک لاجواب غذا اور دوا ہے۔ اس میں بڑی مقدار میں پروٹین شامل ہوتا ہے۔ باجرے کو کھانے کیلئے کوئی خاص اہتمام نہیں کرنا پڑا۔ اس کی روٹی بنا کر یا ملیدے کی شکل میں کھایا جاسکتا ہے۔ دلچسپ بات یہ ہے کہ جن لوگوں کو پروٹین سے الرجی ہوتی ہے وہ بھی اسے بلاخوف وخطر کھاسکتے ہیں۔ باجرہ آسانی سے ہضم ہوجاتا ہے اور اس سے الرجی ہونے کے امکانات بہت کم ہوتے ہیں۔ چنانچہ اسے غذا میں شامل کرلینے میں کوئی حرج نہیں۔ یہ ان لوگوں کیلئے مفید ہے جو زیادہ تر شکمی بیماریوں میں مبتلا رہتے ہیں ایسے افراد کو جو قبض میں مبتلا رہتے ہیں یا جنہیں پیٹ کا السر ہو، انہیں باجرہ کھانا چاہیے۔ باجرہ کھانے سے کولیسٹرول کی سطح نیچی رہتی ہے۔ اس لیے یہ ان لوگوں کیلئے بھی فائدہ مند ہے جو ذیابیطس میں مبتلا ہوں۔ اس سے گلوکوز کی سطح نارمل رہتی ہے۔ باجرہ میں ریشہ ہوتا ہے لہٰذا ان لوگوں کو بھی باجرہ کھانا چاہیے جو اپنا وزن کم کرنا چاہتے ہیں۔ اسے کم مقدار میں کھانے سے بھی پیٹ بھرنے کا احساس ہوجاتا ہے۔ اس لیے جو افراد باجرہ کھاتے ہیں ان کا وزن کم رہتا ہے۔ یہ تیزابیت کو دور کرتا اور دل کی بیماریوں کو ختم کرتا ہے۔ ایسی خواتین جو فولاد کی کمی کا شکار رہتی ہیں انہیں باجرہ مختلف شکلوں میں کھانا چاہیے۔ انہیں فولاد کے ضمیمے کھانے کے بجائے باجرے کی روٹی کھانا چاہیے۔ اس طرح سے صرف باجرہ کی 120 گرام مقدار انہیں 80 فیصد فولاد مہیا کرسکتی ہیں۔ باجرہ کھانے سے اٹھارہ برس سے لے کر پینتالیس برس تک کو خواتین کی زیادہ فائدہ پہنچتا ہے۔ 120 گرام کی مقدار میں باجرہ کھانے سے ایسی خواتین کی روزانہ فولاد کی ضرورت پوری ہوسکتی ہے۔ تحقیق سے معلوم ہوا ہے کہ خواتین کو بچوں سے زیادہ فولاد کی ضرورت ہوتی ہے۔

چقندر! قدرتی ہیموگلوبین

چقندر جاڑوں کی مشہور سبزی ہے۔ یہ سردیوں کیلئے بہترین غذا ہے اس کے اہم غذائی اجزاء جسم کا نظام مدافعت مضبوط کرتے ہیں اور جسم میں سردیوں کا مقابلہ کرنے کی قوت پیدا ہوتی ہے۔ چقندر میں موجود غذائی اجزاء خون بہت بناتے ہیں اور جسمانی و ذہنی تکالیف دور کرتے ہیں۔ چقندر کے پتوں کا سوپ اور بغیر پکا کچا چقندر جو کہ ذائقے میں بھی اچھا ہوتا ہے ایک دو ہفتے روزانہ استعمال کرنے والوں کے چہرے پر سرخی جھلکنے لگتی ہے اور جسم بھی مضبوط ہوجاتا ہے۔ یورپ میں چقندر اس کے پتے اور جڑ شروع ہی سے بڑی مقدار میں کھائے جاتے ہیں۔ چقندر اور اس کے اجزاء بہت سے امراض کی دواؤں اور کمزوری کے علاج میں استعمال کئے جاتے ہیں' ہمارے یہاں اکثر چقندر استعمال کرتے وقت شلجم کی طرح اس کے پتے بھی پھینک دیئے جاتے ہیں حالانکہ ان میں چقندر کے مقابلے میں زیادہ غذائی اجزا ہوتے ہیں۔ چقندر کے پتوں کا سوپ لذیذ ہونے کے ساتھ ساتھ نہایت طاقتور ہوتا ہے۔ صبح صبح ایک چقندر ناشتے سے آدھ گھنٹہ پہلے کھانے والے افراد کا رنگ نکھرنے لگتا ہے' رنگت صاف کرنے والی مہنگی اور کیمیائی اثرات کی حامل کریموں کے بجائے یہ طریقہ استعمال کریں صحت کے ساتھ رنگ بھی نکھر جائے گا۔ موٹاپے کے مریض اگر صبح کچا چقندر خوب چبا کر استعمال کریں اور ناشتہ نہ کریں بلکہ چقندر سے ہی پیٹ بھرلیں اس ناشتے کے دو اڑھائی گھنٹوں بعد تین چار گلاس پانی پی لیں تو یہ معمول صرف ایک ماہ میں ہی موٹاپا دور بھگا کر صحت مند کردے گا۔

روزمرہ کی بیماریوں کیلئے عام طور پر افراد کمزوری' قبض' بھوک کی کمی' آنتوں کا ورم' گیس کی تکلیف' گھر' رسولیاں اور ہاتھ پیروں کے درد میں مبتلا اور اکثر نوجوان کیل مہاسوں سے پریشان نظر آتے ہیں۔ ایسے افراد چقندر کے صاف پتے اور چقندر کا وہ اوپری حصہ جس میں ڈنٹھل لگتے ہیں۔ اچھی طرح دھو کر باریک (باقی صفحہ نمبر 37 پر)

کھوٹا سکہ

روحانی کیفیت

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! اللہ آپ کے درجات بلند فرمائے اور آپ کی نسلوں میں ولایت کاملہ عطا فرمائے۔ حضور میں ایک گھٹیا سا انسان ہوں نہیں بلکہ ایک گھٹیا سا آدمی ہوں۔ مجھے آپ کے درس سے تعلق جوڑے ہوئے دو سال کا عرصہ ہوچکا اور حضور تقریباً ایک سال ہوگیا آپ سے تعلق جڑے ہوئے۔ میں لاہور میں پڑھتا تھا تو میری اماں نے مجھے درس سننے پر لگایا اور تسبیح خانہ جانے کی نصیحت کی۔ اس طرح میں تسبیح خانہ آنا شروع ہوا اور آپ سے بیعت ہوا۔ محترم حضرت حکیم صاحب! یہ میرا پہلا خط ہے اگر مجھ سے کوئی غلطی یا گستاخی ہوجائے تو معاف کردیجئے گا۔ لکھنے کا مقصد آپ کا قرب اور نظر شفقت حاصل کرنا ہے کہ اللہ کے حضور آپ کے غلاموں میں میری بھی شمولیت ہوجائے' میری اندر کی غلاظتیں دھل جائیں' دل کی دنیا آباد ہوجائے اور دل کی آنکھوں پر سے پردے ہٹ جائیں۔

حضرت! زندگی سے کوئی شکوہ نہیں' الحمدللہ آپ کے دیئے ہوئے روحانی ہتھیار (پانچ سورتیں' چھ بسم اللہ' روحانی غسل' لاہوتی وضو' یا حفیظ یا سلام' یا قہار' سورہ الم نشرح اور سورۂ فیل والا عمل) کی برکت، رحمت' حفاظت اور عافیت ہمیشہ ساتھ رہتی ہے۔ حضور میں دو وظائف پڑھتا ہوں ایک انمول خزانہ جو مجھے تین کے تسبیح خانہ (سٹوڈنٹ اور ٹیچرز) والے اجتماع میں شمولیت پر ملا۔ میں انمول خزانہ ہر نماز کے بعد پڑھتا ہوں۔ دوسرا وظیفہ جو میں کرتا ہوں وہ علامہ لاہوتی پراسراری کا بتایا ہوا **محمد رسول اللہ** والا ہے جو میں ہر وقت اٹھتے بیٹھتے پڑھتا رہتا ہوں۔ اس کے تین نصاب ختم کرچکا ہوں جو میں آپ کی خدمت میں تحفۃً پیش کرتا ہوں۔ ان اعمال سے میری بہت سی مشکلات' پریشانیاں اور مسائل حل ہوئے ہیں۔ میرے بہت سے اٹکے ہوئے کام اب ایسے حل ہوتے ہیں کہ جیسے کبھی اٹکے ہی نہ تھے۔ بعض اوقات تو میں خود بھی حیران ہوتا ہوں کہ میرے سارے کام خود بخود سنور رہے ہیں یہ سب ان اعمال کی برکت ہے۔ حضرت حکیم صاحب! میں تسبیح خانہ کا کھوٹا سکہ ہوں اور اللہ والوں کے در کے کھوٹے سکے بھی قیصر و قصریٰ کے خزانوں پر بھاری پڑتے ہیں۔ تسبیح خانہ کا در بڑی مشکل سے ملا ہے' تسبیح خانہ کا دامن پکڑے ہوئے ہوں' مجھے تسبیح خانہ سے پیار نہیں محبت نہیں یہ مقام تو بہت پیچھے رہ گئے۔ حضرت! مجھے تسبیح خانہ سے عقیدت ہے اور اگلی منزل عشق کا مسافر ہوں۔



قارئین کی خصوصی اور آزمودہ تحریریں

قارئین! آپ بھی بخل شکنی کریں آپ نے کوئی روحانی' جسمانی نسخہ ٹوٹکہ آزمایا ہو اور اس کے فوائد سامنے آئے ہوں یا آپ نے کوئی حیرت انگیز واقعہ دیکھا یا سنا ہو تو عبقری کے صفحات آپ کیلئے حاضر ہیں' اپنے معمولی سے تجربے کا بھی بیکار نہ سمجھئے' یہ دوسرے کیلئے مشکل کا حل ثابت ہو سکتا ہے اور آپ کیلئے صدقہ جاریہ۔ چاہے بے ربط ہی لکھیں صفحات کے ایک طرف لکھیں' نوک پلک ہم خود ہی سنوار لیں گے۔

انشاء اللہ سو فیصد گارنٹی شدہ نسخہ جات

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! میرے پاس چند آزمودہ نسخہ جات ہیں جو میں نہایت قابل احترام عبقری قارئین کو ہدیہ کر رہا ہوں یقیناً قارئین ان سے بھرپور فائدہ اٹھائیں گے۔

شوگر کیلئے سو فیصد گارنٹی (انشاء اللہ): اول و آخر بارہ دفعہ درود شریف۔ یَاشَافِیُ یَاکَافِیُ فضا میں لکھیں اور آخر میں ضرب کا نشان یعنی کاٹ دیں۔ آک کے پتے لیں بند جوتے میں اس ترتیب سے رکھیں کہ پاؤں کی انگلیوں سے ایڑی تک پتوں سے ڈھک جائیں۔ دو گھنٹے واک' چلتے پھرتے رہیں یا اپنا دباؤ پاؤں پر ڈالیں دو گھنٹے بعد پتے نکال لیں۔ سات دن اسی طرح کریں' سات دن کے بعد آپ کی زبان کڑوی ہونے لگ جائے گی۔ دن میں جتنی دفعہ پانی پئیں گلاس میں تین گھونٹ کر کے پئیں۔ ہر گھونٹ پر سبحان اللہ پڑھیں۔ نسخہ سے پہلے اور بعد میں شوگر چیک کروالیں۔ گیارہ روپے صدقہ کریں۔

لیکوریا کیلئے سو فیصد گارنٹی شدہ انشاء اللہ: کیکر کی وہ پھلیاں جن میں بیج نہ پڑا ہو' اپریل' مئی میں باآسانی مل جاتی ہیں۔ حسب ضرورت لے کر چھاؤں میں سکھالیں اور باریک پیس کر رکھ لیں۔ چھوٹی مکھی کے شہد میں ملا کر معجون بنائیں۔ شہد اور پھلیاں ہم وزن ہوں۔ ایک کھانے کا چمچہ پانی یا دودھ کے ساتھ صبح و شام استعمال کریں۔ اللہ تعالیٰ شفاء عطا کرے گا۔

برائے شوگر: اردو میں بھوسہ' پنجابی میں توڑی' سندھی اور سرائیکی میں ''بھون'' کہتے ہیں۔ گندم کی کٹائی کے بعد دیہاتوں میں ٹنوں کے حساب سے نظر آتا ہے۔ گائے' بھینس اور دیگر جانوروں کی پسندیدہ خوراک ہے۔ جامن کی لکڑی سے بنا ہوا گلاس لیں' رات کو صاف پانی سے بھر دیں اور دو کھانے والے چمچ گندم والا بھوسہ یا توڑی ڈال کر ڈھک کر رکھ دیں۔ صبح کو چھان کر پانی پی لیں۔ شوگر میں نہایت مفید ہے۔ شوگر کے مریض ہر دفعہ چھوٹا پیشاب کرنے سے پہلے کم از کم ایک گلاس پانی تین گھونٹ میں پئیں اور بیٹھے بیٹھے ''درود محمدی ﷺ'' پڑھیں اور سبحان اللہ کہیں۔ پیشاب کرنے بعد طہارت ضرور کریں۔ اپنے خاندان' پاس پڑوس' محلہ یا علاقے میں غرباء اور مساکین و حقدار لوگوں کی مدد کریں۔ خلوص نیت سے دعا مانگیں۔ اللہ تعالیٰ کے ہاں دیر ہے اندھیر نہیں' مایوسی اور نا امیدی گناہ ہے۔ (نوٹ: یہ درج بالا نسخہ چند ماہ پہلے عبقری میں چھپ چکا ہے جس کے لاجواب فوائد آرہے ہیں۔)

معجون بلڈ پریشر' انشاء اللہ سو فیصد گارنٹی شدہ: ادرک' لہسن' سیب کا سرکہ' چھوٹی مکھی کا اصل شہد' لیموں کا رس ایک ایک پاؤ۔ تمام اشیاء کو گرائنڈ میں ڈال کر اچھی طرح شیک کریں' بعدازاں ہلکی آنچ پر گاڑھا کر لیں۔ شیشے کی بڑی منہ والی بوتل میں محفوظ کر لیں۔ ایک بڑا چمچ صبح نہار منہ۔ ایک بعد نماز عصر ترجیحاً خالی پیٹ۔ انشاء اللہ دل کی تمام بیماریوں کا علاج ہے۔ اس معجون کے فوائد تحریر میں نہیں سما سکتے۔ صحت مند افراد ایک چمچہ اپنی روزانہ کی روٹین بنالیں۔ دل کی ممکنہ تکالیف سے محفوظ رہیں گے۔

جوڑوں کا درد' بواسیر اور شوگر: ہر قسم کے جوڑوں کے درد میں نہایت مفید ہے' صبح نہار منہ سات دانے ''خشک انجیر'' کھائیں۔ سہ پہر کو سات دانے کھجور کھائیں۔ شوگر والے خواتین و حضرات کی ''شوگر لیول'' کچھ دن اپ سیٹ رہے گی مگر آہستہ آہستہ شوگر بھی کنٹرول میں آجائے گی۔ ہر قسم کی بواسیر کا شافی علاج ہے' معدہ کی تمام بیماریاں ختم ہوں گی۔ سال ہا سال کی جمی ہوئی بلغم اکھڑ جائے گی۔ میرا اپنا آزمودہ نسخہ ہے جو قرآن مجید اور احادیث کی روشنی میں استعمال کر کے بے انتہا فوائد حاصل کر چکا ہوں' خشک انجیر بازار میں عام ملتی ہے ایک کلو انجیر تقریباً تین سو روپے کلو ملتی ہے۔ ہر غریب اور امیر کی دسترس میں ہے کم از کم روزانہ تین عدد کھائیں' تین ماہ تک کھائیں۔ پہلے پندرہ دن میں فرق سامنے آجائے گا۔ شوگر والے مریض دو دو دانے سے شروع کر کے سات دانوں تک آئیں۔

بے انتہا طاقت ور چائے: آٹے والی بھوسی' توے پر بھون کے رکھ لیں۔ سبز الائچی دس گرام' جائفل دس گرام' سونٹھ دس گرام باریک پیس لیں۔ آدھ کلو دودھ میں ایک گلاس پانی ملائیں' تین بڑے کھانے والے چمچ بھنی ہوئی بھوسی ملائیں۔ تین تین گرام سبز الائچی' جائفل سونٹھ ملا کر اچھی طرح ابالیں۔ حسب ذائقہ چینی ملا کر اتار لیں۔ نہایت خوشگوار ذائقہ دار اور طاقت ور چائے تیار ہوگی۔ اگر چینی پسند نہ ہو تو شربت ''عبقری افزا'' ملائیں' صرف موسم سرما میں استعمال کریں۔ چھاننے کی ضرورت نہیں ہے۔ مندرجہ بالا چائے تین افراد کیلئے ہے۔ **(عباس ملک)**

امتحان میں کامیابی کا راز

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! میں پچھلے تین سالوں سے بی کام کے پیپرز دے رہا تھا لیکن ہر بار نا کام ہو جاتا۔ کچھ عرصہ پہلے آپ کا ایک درس جو سکھر میں ہوا تھا وہ سن رہا تھا اس میں آپ نے سورۂ فاتحہ کا ایک عمل بتایا کہ جب ناممکن مشکلات کا حل چاہتے ہوں تو چاند کی تیرھویں' چودھویں اور پندرھویں رات کو ننگے سر (صرف مرد حضرات' خواتین ہر حالت میں باپردہ عمل کریں گی) کھلے آسمان کے نیچے چلتے پھرتے ساری رات سورۂ فاتحہ پڑھنی ہے اور اگر بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ کی م کو الحمد للہ رب العالمین کے ساتھ ملا کر اس طرح پڑھیں بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِلْحَمْدُ لِلّٰہِ تو زیادہ بہتر ہے۔ عمل کے دوران اگر تھک جائیں تو تھوڑی دیر بیٹھ کر بھی پڑھی جا سکتی ہے پھر چلنا شروع کر دیں۔ اگر بھوک' پیاس محسوس ہو تو ضرورت پوری کر لیں اور اگر وضو ٹوٹ جائے تو فوراً نیا وضو کریں۔ اس عمل کی برکت سے اللہ پاک ایسی کرم نوازی فرماتے ہیں کہ رزق بے کراں ہو جاتا ہے' جادو' بندشیں سب ٹوٹ جاتی ہیں اور اللہ کا نظام قدرت بندے کے موافق ہو جاتا ہے۔ صبح کے وقت روزہ رکھیں یعنی چاند کی تیرہ، چودہ اور پندرہ تاریخ کو۔ مسلسل تین راتیں یہ عمل کرنا ہے اور دن کو روزہ رکھنا ہے۔ میں نے اپنے امتحان کی نیت سے یہ عمل کرنا شروع کر دیا۔ امتحان میں صرف تین ماہ رہتے تھے۔ میں نے ابھی تک ایک لفظ بھی نہیں پڑھا تھا۔ جب یہ عمل کیا تو اللہ پاک نے میرا سینہ کھول دیا اور میں نے تیاری شروع

حضور نبی کریم ﷺ کی زیارت کا عمل: حضور نبی اکرم ﷺ کی زیارت کیلئے سوتے وقت سورۃ الاحزاب کی آیت نمبر 56 کی ایک تسبیح کریں۔ مستقل مزاجی سے خوشبو لگا کر پڑھیں۔

کر دی۔ اگلے دو ماہ بھی یہ عمل کیا اور الحمدللہ جب امتحان ہوا تو اللہ پاک نے مجھے کامیاب کر دیا۔ **(ش، غ)**

دعوت کی برکت سے تاتاریوں کا قبول اسلام

تیمور ہلاکو خان کا خاندان اور اس کی نسل میں سے تھا۔ ایک بزرگ تھے جلال الدین چغتائی نسل میں سے تھا۔ انہوں نے اس کو اسلام کی دعوت دی اس نے کہا ابھی تو میں ولی عہد ہوں جب بادشاہ بنوں گا تو آجانا۔ جب جلال الدین مرنے لگے تو وہ ابھی بادشاہ نہیں بنا تھا تو انہوں نے اپنے بیٹے سے کہا کہ میں تو دنیا سے جا رہا ہوں تو تیمور تغلق جب بادشاہ بنے تو اس کو میرا پیغام پہنچا دینا۔ جب تیمور تغلق بادشاہ بنا تو یہ وہاں سے چلے اس کا دارالخلافہ منگولیا کے قریب تھا تو وہاں اس نے پہنچنے کی کوشش کی لیکن کوئی راستہ نہ ملا تو ایک رات اس نے فجر سے پہلے زور سے اذان دی۔ اذان کی آواز سے بادشاہ کی آنکھ کھل گئی۔ اس نے کہا کہ یہ کون ہے جو اتنا شور مچا رہا ہے؟ پکڑ کر لاؤ' پکڑ کر لائے تو پوچھا کون ہو؟ کہا میں رشید الدین جلال الدین کا بیٹا ہوں' یہاں کیسے آئے ہو؟ کہا کہ آپ نے میرے والد سے کہا تھا کہ جب آپ بادشاہ بنیں تو مجھ سے مل لینا۔ بولا: ہاں ہاں! بتاؤ اسلام کیا ہے؟ اس کو دعوت دی وہ مسلمان ہوگیا تو اپنے ایک وزیر کو بلوایا اور کہا کہ میں مسلمان ہوگیا ہوں تم کیا کہتے ہو؟ اس نے کہا میں تو پہلے سے مسلمان تھا مگر آپ کی وجہ سے بتایا نہیں' اس کے چار وزیر تھے ایک مسلمان ہوگیا تو اور تینوں کو بھی بلایا وہ بھی مسلمان ہوگئے پھر سپہ سالار کو بلایا کہاں کہ میں مسلمان ہوگیا ہوں تم کیا کہتے ہو؟ سپہ سالار نے کہا کہ میں زبان کا بول نہیں سمجھتا تلوار کا بول سمجھتا ہوں' یہ مجھ سے لڑے جو آپ کو اسلام کی دعوت دینے آیا ہے مجھے یہ زیر کر لے تو میں مسلمان ہو جاؤں گا نہیں کرتا تو نہیں ہوں گا۔ بادشاہ نے کہا یہ عقلمندی نہیں تم ایک عقلی چیز کو تلوار سے سمجھنے کی کوشش کر رہے ہو۔ کہا کہ میرے پاس اور کوئی راستہ نہیں سمجھنے کا۔ رشید الدین نے کہا کہ میں اس سے مقابلہ کروں گا۔ بادشاہ نے کہا کہ مارا جائے گا' یہ تو جن ہے' ساری زندگی لڑائیوں میں گزری ہے تو کیا لڑ پائے گا۔ اس نے کہا کہ میں اس سے لڑوں گا۔ اگلا دن طے ہوگیا' شہر میں منادی کرا دی گئی' رشید الدین نے اس رات اللہ تعالیٰ سے دعا کی' اللہ تیرے کام کو آیا ہوں' مروانا ہے تو مروا دے' کروانا ہے تو کروا دے۔ اگلے دن شہر اکٹھا ہوگیا۔

سالار لوہے کی دو زریں پہن کر آیا اور دونوں ہاتھوں میں تلواریں' ان کے ہاتھ میں خنجر بھی نہ تھا۔ خالی ہاتھ تھے جب مقابلہ میں آیا تو کہا لو میری تلوار۔ انہوں نے الٹے ہاتھ میں تلوار لی اور سیدھے ہاتھ سے اس کے سینے پر یوں مکا مارا تو وہ تین کلابازیاں کھاتا ہوا دور جا گرا اور بے ہوش ہوگیا۔ جب اسے ہوش آیا تو کہنے لگا مجھے ایک ہی مکے سے اسلام سمجھ آگیا ہے کافی ہے' زیادہ کی ضرورت نہیں۔ تیمور کے ہاتھ پر دس لاکھ تاتاری مسلمان ہوئے۔ منگولیا میں اب بھی اس کی قبر موجود ہے جس پر لکھا ہے ''بادشاہ شاہ و تاتار' جس کے ہاتھ پر دس لاکھ تاتاری مسلمان ہوئے'' وہ چند لوگ کتنا احسان کر گئے مسلمانوں پر جو اسلام کی دعوت دیتے تھے۔

سنت کی اہمیت: احوال القبور میں علامہ زین الدین بن رجب رحمۃ اللہ تعالیٰ علیہ نے لکھا ہے ایک مرتبہ ان کے پاس ایک ایسا شخص آیا جو کفن چور تھا مگر اب وہ اس قبیح حرکت سے باز آچکا تھا اور توبہ کر کے نیکی کی زندگی گزار رہا تھا۔ علامہ زین الدین نے اس سے پوچھا تم مسلمانوں کے کفن چوری کرتے رہے ہو تم نے مرنے کے بعد ان کی حالت دیکھی ہے یہ بتاؤ کہ جب تم ان کے چہرے کھولتے تو ان کا رخ کس طرف تھا۔ اس نے جواب دیا کہ اکثر کے چہرے قبلے کے رخ سے پھرے ہوئے تھے۔ حضرت زین الدین رحمۃ اللہ علیہ کو بڑا تعجب ہوا کیونکہ دفن کرتے ہوئے تو مسلمانوں کا چہرہ قبلہ کے رخ کیا جاتا ہے تو انہوں نے امام اوزاعی رحمۃ اللہ علیہ سے اس بارے میں پوچھا تو امام اوزاعی رحمۃ اللہ علیہ نے پہلے تین مرتبہ اِنَّا لِلّٰہِ وَاِنَّا اِلَیْہِ رَاجِعُوْنَ پڑھا اور پھر فرمایا کہ یہ وہ لوگ ہیں جو زندگی میں سنتوں سے منہ پھیرنے والے تھے۔ **(بنت جمشید چغتائی)**

عبقری سے آزمایا عبقری قارئین کو بتایا

جوہر شفاء مدینہ کا قہوہ لاجواب ہے: محترم قارئین! میں نے یہ نسخہ بار بار آزمایا ہوا ہے کہ جب بھی مجھے شدید کھانسی ہو رہی ہو یا گلا خراب ہو تو میرا ذہن فوراً جوہر شفاء مدینہ کے قہوے کی طرف جاتا ہے۔ میں جونہی یہ قہوہ ہلکا سا میٹھا بنا کر پیتی ہوں تو میرا گلہ ٹھیک اور کھانسی ختم ہوتی ہے۔ بہت لاجواب ہے۔ قارئین! ایک مرتبہ میرے پیٹ میں درد کا گولا بار بار اٹھ رہا تھا میں نے جوہر شفاء مدینہ کا قہوہ بنا کر پیا تو میرا پیٹ کا درد فوراً ٹھیک ہوگیا' بہت ہی اعلیٰ چیز ہے۔

دارچینی کی چائے سے بلڈ پریشر نارمل ہوتا ہے: قارئین! میرے دفتر کے ایک کولیگ نے بتایا کہ ان کا جب بلڈ پریشر اوپر نیچے ہوتا ہے تو وہ ہمیشہ دارچینی کی چائے بنا کر پی لیتے ہیں جس سے بلڈ پریشر نارمل ہو جاتا ہے۔ میں نے سوچا یہ ٹوٹکہ عبقری قارئین کو بھی بتا دوں۔

اَللّٰھُمَّ اَجِرْنِیْ مِنَ النَّارِ سے گرمی ختم: گزشتہ گرمیوں میں میرے آفس کا اے سی خراب ہوگیا اور کام کرنا چھوڑ گیا اس میں سے گرم ہوا آرہی تھی' سب ساتھی تکلیف اور گرمی کے مارے بے حال ہو رہے تھے۔ میں نے دل ہی دل میں اَللّٰھُمَّ اَجِرْنِیْ مِنَ النَّارِ پڑھنا شروع کر دیا کیونکہ ایک بار حضرت حکیم صاحب دامت برکاتہم نے یہ تسبیح گرمیوں میں پڑھنے بالخصوص رمضان کیلئے دی تھی۔ اس لیے میں نے پڑھی تو مجھے گرمی کا احساس ختم ہوگیا اور میں سکون سے کام کرنے لگ گئی۔

چڑی نے واقعی لاجواب ٹوٹکہ دیا: محترم قارئین میں نے یہ نسخہ حضرت حکیم صاحب دامت برکاتہم کی کتاب ''میرے طبی رازوں کا خزانہ'' سے آزمایا ہے' واقعی لاجواب ہے۔ اصل میں مجھے سانس لینے میں مشکل ہو رہی تھی' میرے ذہن میں یہ عمل تازہ تھا کہ بیمار آدمی صبح سے شام تک جو سانس بھی کھینچے تصور یہ ہو کہ اللہ کے حکم سے شفا اندر جذب کر رہا اور جب سانس باہر نکالے تو تصور ہو کہ بیماری اندر سے نکال رہا ہوں۔ میں نے بھی ایسا ہی کیا کہ دائیں نتھنے سے سانس اندر لے کر گئی اور تصور کیا کہ شفاء اندر گئی اور بائیں نتھنے سے سانس باہر نکالا اور تصور کیا کہ واقعی بیماری نکل گئی۔ یقین کریں قارئین! ایک بار ہی یہ عمل کرنے سے میرا سانس سیٹ ہوگیا۔ یہ نسخہ حضرت حکیم صاحب کو ایک چڑی نے بتایا تھا۔

روحانی عطر کے استعمال سے سگریٹ کی بدبو ختم: مجھے روزانہ سفر کرنا پڑتا ہے چونکہ جاب ہولڈر ہوں اور وین میں اکثر ڈرائیور حضرات سگریٹ پی رہے ہوتے ہیں جس سے مجھے سخت الجھن ہوتی ہے اور سانس خراب ہو جاتی ہے مگر میں اسی وقت وین میں اپنی ناک کے قریب روحانی عطر چھڑک لیتی ہوں تو مجھے بدبو کا احساس نہیں ہوتا سارا سفر خوشبو میں بسا رہتا ہے۔

لاحول ولا قوۃ الا باللہ مسلسل پڑھنے سے لڑائی ختم: قارئین! میں صبح کے وقت میٹرو بس سے سفر کر رہی تھی۔ اس بس میں ہمہ وقت مردوں اور عورتوں کا کھچا کھچ رش ہوتا ہے۔ بس ہر وقت مسافروں سے بھری ہوتی ہے۔ میں جیسے ہی سوار ہوئی تو دو خواتین آپس میں بہت زیادہ لڑ رہی تھیں' کچھ دیر میں الفاظ کی لڑائی گالم گلوچ میں بدل گئی پھر میں نے دیکھا کہ ایک خاتون نے دوسری کو مارنے کیلئے جوتا اتار لیا عین اسی وقت میری زبان پر لَاحَوْلَ وَلَا قُوَّۃَ اِلَّا بِاللّٰہِ الْعَلِیِّ الْعَظِیْمِ جاری ہوگیا اور ساتھ ہی لڑائی ختم ہوگئی۔ لڑائی صرف اور صرف سیٹ کیلئے تھی۔ قارئین یہ میرے آزمودہ تجربات ہیں آپ بھی آزمانے کے بعد ماہنامہ عبقری میں ضرور لکھیں۔ **(فرحت' لاہور)**

لاعلمی کا اظہار برا نہیں: اگر کسی سوال کا جواب معلوم نہ ہو تو اس کے جواب میں لاعلم (میں نہیں جانتا) کہنا نصف علم ہے۔ اپنی لاعلمی کا اظہار کو کبھی برا نہ سمجھو۔

ٹائیفائیڈ کو دس سیکنڈ میں ختم کرنے والی جڑی بوٹی

مسز ضیاء، جہلم

ٹائیفائیڈ بخار کے جراثیم انتڑیوں میں موجود ہوتے ہیں۔ قسط ان جراثیم کو صرف دس سیکنڈ میں ہلاک کر دیتی ہے۔ جن لوگوں کا ہاضمہ اکثر خراب رہتا ہے ان کیلئے یہ بہترین دوا ہے۔ جتنے بھی شدید موشن آرہے ہوں اس کی گھنٹے گھنٹے بعد چار خوراکیں کافی ہیں

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! ہر ماہ عبقری میں آپ کا یہ جملہ ضرور پڑھتی ہوں کہ آپ کیلئے قیمتی موتی لایا ہوں اور چھپاتا نہیں ہوں' سوچا کہ ایک قیمتی موتی کا اضافہ میں بھی کردوں' وہ قیمتی موتی ہے۔ ''قسط شیریں''۔ یہ پودا آزاد کشمیر میں دریائے جہلم اور دریائے چناب کے کناروں کے ساتھ کے ساتھ بڑی کثرت سے پایا جاتا ہے۔ اس دوائی کو اصل شہرت حضور نبی کریم ﷺ کے اشادات سے ہوئی۔ حضرت زید بن ارقم روایت کرتے ہیں کہ ہمیں حضور نبی کریم ﷺ نے حکم دیا کہ ہم ذات الجنب (پلورسی) کا علاج قسط اور زیتون کے تیل سے کریں۔ حضرت انس بن مالک رضی اللہ تعالیٰ عنہ روایت کرتے ہیں کہ نبی کریم ﷺ نے فرمایا: وہ چیزیں کہ جن سے تم علاج کرتے ہو' ان میں سے پچھنے لگانا اور قسط بہترین علاج ہیں۔ ایک اور روایت میں ہے کہ اپنے بچوں کو حلق کی بیماری میں گلا دبا کر عذاب نہ دو جبکہ تمہارے پاس قسط بہترین علاج ہیں۔ حضرت جابر سے روایت ہے کہ فرمایا رسول اللہ ﷺ نے اے عورتو! تمہارے لیے مقام تاسف ہے کہ تم اپنی اولاد کو خود قتل کرتی ہو' اگر کسی کے گلے میں سوزش ہو جائے یا سر میں درد ہو تو وہ قسط ہندی کو لیکر پانی میں رگڑ کر اسے چٹا دے۔ اس طرح کی بے شمار روایات ہیں۔ قسط شیریں کو استعمال کرنے کے بعد مجھے اس کے جو فوائد پتہ چلے وہ بے حساب ہیں۔ حدیث شریف میں اس کے سات فائدے بیان کیے گئے ہیں:۔

1۔ سر کے درد میں مفید ہے' جب بھی استعمال کریں چائے والا چمچ کا چوتھا حصہ ایک گلاس پانی کے ساتھ استعمال کریں۔ 2۔ جگر کیلئے مفید ہے' یرقان میں اس کا استعمال دن میں چار سے پانچ مرتبہ انتہائی فائدہ مند ہے' جگر کی پرانی کمزوریوں کو رفع کرتی ہے' بھوک لگاتی ہے۔ 3۔ انتڑیوں کے امراض دور کرتی ہے' ٹائیفائیڈ بخار کے جراثیم انتڑیوں میں موجود ہوتے ہیں۔ قسط ان جراثیم کو صرف دس سیکنڈ میں ہلاک کر دیتی ہے۔ جن لوگوں کا ہاضمہ اکثر خراب رہتا ہے ان کیلئے یہ بہترین دوا ہے۔ جتنے بھی شدید موشن آرہے ہوں اس کی گھنٹے گھنٹے بعد چار خوراکیں کافی ہیں بلکہ یہ کہنا غلط نہ ہوگا کہ یہ پیٹ کے پرانے مریضوں کیلئے انتہائی مفید دوا ہے۔

4۔ امراض سینہ کیلئے: پرانی کھانسی کیلئے اس کو ملٹھی کے ساتھ ملا کر استعمال کرنا مفید ہے۔ یہ تپ دق کا انتہائی کم خرچ اور پکا علاج ہے' طب نبوی ﷺ میں اس کو زیتون کے تیل کے ساتھ ملا کر استعمال کرنا تپ دق کا علاج بتایا گیا ہے اور یہ واقعی مفید ہے۔ قسط شیریں' زیتون کا تیل اور شہد ہموزن ملالیں' یہ معجون جسمانی کمزوریوں کیلئے انتہائی مفید ہے۔ یہ پلورسی (جو کہ پھیپھڑوں میں پانی پڑجانا) کیلئے بھی بہت مفید ہے۔ 5۔ یہ انسان کے جسم میں قوت مدافعت بڑھاتی ہے' بیماریوں کے خلاف ڈھال ہے۔ یہ وائرس کے حملے کا دورانیہ کم کر دیتی ہے۔ مثلاً زکام تین دن لازمی رہتا ہے۔ یہ اس کا دورانیہ کم کرکے ایک دن کر دیتی ہے۔ حفاظتی اقدامات کے طور پر صبح و شام اس کا استعمال آپ کو وائرس کے حملوں سے محفوظ رکھے گا۔ اس کو کلونجی کے ساتھ ملا کر پیٹ کے ہر مرض کیلئے استعمال کیا جاسکتا ہے۔ 6۔ اگر کوئی زخم' پھوڑا' پھنسی ٹھیک نہ ہو رہا ہو یہ وہاں بھی کام کرتی ہے' صبح' دوپہر' شام پانی کے ساتھ پونا (3/4) چائے والا چمچ استعمال کریں۔ پھر قدرت کا کرشمہ دیکھیں۔ زخم بھرنے تک یقین سے استعمال کریں۔ زیادہ سے زیادہ ایک ہفتہ میں زخم بھر جائے گا۔ ورنہ ایک ہفتہ مزید استعمال کریں۔ 7۔ گردوں کی سوزش میں اس سے بہتر دوائی شاید ہی کوئی ہو' گردوں میں سوزش کے جراثیم منہ کے ذریعے ہی جاتے ہیں۔ گلا خراب ہو' ٹانسلز ہوں یا دانتوں میں انفیکشن ہو' آپ کے گردے متاثر ہو سکتے ہیں۔ اس کیلئے آپ قسط شیریں پانی کے ساتھ چھوٹا چمچ استعمال کریں۔ انشاء اللہ اس مرض سے محفوظ رہیں گے۔ یہ پٹھوں کے درد کیلئے بھی مفید ہے۔ اعصاب مضبوط بناتی ہے' چھوٹے بچوں کو سردیوں میں ٹھنڈ لگنے سے محفوظ رکھنے کیلئے اس کو شہد میں ملا کر معجون بنا کر رکھ لیں۔ ذرا نزلہ زکام محسوس کریں فوراً چٹا دیں۔ انشاء اللہ سردیاں آرام سے گزریں گی۔ اوپر دیئے گئے تمام نسخہ جات کو بلاخوف وخطر استعمال کر سکتے ہیں۔ خواتین کے امراض میں بھی مفید ہے۔ لیکوریا دور بھگاتی ہے۔ الغرض فوائد ہی فوائد۔ ہر بیماری کے خلاف جسم کو قوت پہنچانے والی یہ دوا زیادہ مہنگی بھی نہیں۔

(بقیہ: غریبوں کو نہ دینے کا انجام)

کہ اس باغ کا پھل ضرور صبح کو جا کر توڑ لیں گے' پس اس باغ پر اس کے رب کی طرف سے ایک ایسا عذاب پھر گیا جو ایک آگ تھی یا لو۔ اور وہ لوگ سو رہے تھے پس صبح کو وہ باغ ایسا رہ گیا جیسا کٹا ہوا کھیت کہ خالی زمین رہ جاتی ہے پس صبح کو وہ باغ والے ایک دوسرے کو آوازیں دینے لگے کہ اگر پھل توڑنا ہے تو سویرے چلو' پس چلتے ہوئے آپس میں چپکے چپکے باتیں کرتے جارہے تھے کہ آج کوئی محتاج تم تک نہ آنے پائے جب وہ پہنچ کر دیکھا تو کہنے لگے ہم غلط جگہ یعنی راستہ بھول گئے ہیں جب پتہ چلا کہ یہی وہ جگہ ہے تو کہنے لگے ہماری قسمت پھوٹ گئی' ان میں ایک آدمی جو نیک تھا لیکن عمل میں ان کا شریک تھا کہنے لگا کہ میں نے تم سے کہا نہ تھا کہ ایسی بدنیتی نہ کرو' وہ کہنے لگے ہمارا پروردگار پاک ہے۔

(بقیہ: باجرہ کی روٹی اور چقندر کا سوپ' پائیں صحت بھرپور)

کاٹ لیں اور تھوڑا پانی ڈال کر کسی برتن میں ڈھک دیں اور دھیمی آنچ پر گلالیں۔ جب یہ گل جائے تو حسب ذائقہ نمک مرچ، ہرا دھنیا، سفید زیرہ اور دوسرے مصالحے چھڑک کر روٹی سے کھائیں۔ ان سب تکالیف میں بہت افاقہ محسوس کریں گے۔ صحت بخش شوربا: چقندر کا یہ شوربا روٹی سے بھی کھا سکتے ہیں اور ویسے بھی پی سکتے ہیں۔ بہت ذائقہ دار اور طاقت ور شوربا ہے' توانائی فوری اضافہ کرتا ہے۔ شوربا تیار کرنے کیلئے تازہ چقندر آدھ پاؤ' بند گوبھی (سفید) ایک عدد' گوشت کی یخنی دس پیالی' مکھن ایک کھانے کا چمچ' سرکہ بقدر ضرورت' نمک بقدر ضرورت' کالی مرچ بقدر ضرورت' دہی پھینٹا ہوا چھ کھانے کے چمچ' ہرا دھنیا ایک گڈی' یہ تمام اجزاء لے کر رکھ لیں۔ اس کے بعد چقندر چھیل لیں۔ اب باقی گوبھی کے ٹکڑے ڈال کر دھیمی آنچ پر ڈیڑھ دو گھنٹے پکنے دیں جب دونوں گل کر گھل جائیں تو چھلنی میں چھان لیں۔ اب باقی گوبھی اور چقندر کدوکش کر لیں۔ پتیلی میں مکھن گرم کرکے گوبھی اور چقندر کے لچھے بارہ منٹ تک پکنے دیں۔ پھر اس میں شوربا شامل کر لیں۔ گھر کے سب افراد اس سے فائدہ اٹھا سکتے ہیں۔ صحت کیلئے بہت ہی مفید ہے۔

(بقیہ: رشتوں کی ڈوری ٹوٹ سکتی ہے! مگر کیسے)

میں اس کا مقام انسان کی غلطیوں اور کوتاہیوں کا ازالہ کرنے میں مدد معاون رہتے ہیں اور صحیح راستے کا انتخاب کرنا آسان ہو جاتا ہے۔ مشکل اور پریشانیوں کے دور میں خاندانی تحفظ کا احساس ہی پار لگاتا ہے اور کسی خوشی کے موقع پر اپنوں کی موجودگی چار چاند لگا دیتی ہے۔ خاندانی رشتوں کی مضبوطی یا کمزوری انسان کی سوچ کے تابع ہوتی ہے جسے وہ جب چاہے تبدیل کر سکتا ہے لیکن اپنے خاندان سے الگ رہنا اور ان خون کے رشتوں سے انحراف کرنا ممکن نہیں ہوتا۔

(بقیہ: انجیر کھائیں! نئی طاقت' نئی قوت' نیا جوش پائیں)

چنڈی / گٹے: پرانی چنڈی یا گٹے کی صورت میں سبز انجیر کا دودھیا اس پر لگایا جائے تو چنڈی نرم ہو جاتی ہے۔ یہ دودھ موٹی جلد میں خون کی گردش کو بحال کرتا ہے۔ **جگر اور تلی:** جگر اور تلی کے امراض میں بھی انجیر بے حد مفید ہے' تقریباً ایک سو خشک انجیر لیکر سرکہ انگوری میں تین دن تک بھگو کر رکھ دیں' پھر تین دن کے بعد اس میں سے ہر روز چار دانے نکال کر کھالیں اس سے تلی اور جگر صاف ہو جاتے ہیں اور تلی اور جگر کو طاقت دیتی ہے۔ **عمومی فائدے:** اس کے علاوہ انجیر کے اور بھی بے شمار فائدے ہیں۔ مثلاً اگر کسی کو کوئی زہریلا جانور کاٹ لے اس کو انجیر کے ساتھ مٹر یا اخروٹ کی گری ملا کر کھلانے سے زہریلے جانور کا زہر اتر جاتا ہے۔ جن لوگوں کے ہونٹ' زبان اور منہ پھٹ جاتے ہیں ان کیلئے انجیر عمدہ ٹانک ہے۔ انجیر پھیپھڑوں کی سوجن میں فائدہ مند ہے۔ بلغم کو پتلا کرکے نکالتی ہے چھاتی کی پرانی سوزش میں بے حد فائدہ دیتی ہے۔ دائمی قبض میں اس کے پانچ دانے روز کھانا بے حد فائدہ مند ہے۔ انجیر کھانے سے جسم کے خون میں اضافہ ہوتا ہے اور بچہ کیلئے ماں کا دودھ بھی زیادہ مقدار میں پیدا ہوتا ہے۔ انجیر کھانے سے چہرے کی رنگت صاف اور خوبصورت ہو جاتی ہے' خون صاف ہو جاتا ہے۔ **احتیاط:** اس کے ایک وقت میں تین سے پانچ دانے کھانے مفید ہوتے ہیں۔ انجیر کو کھانے سے پہلے خوب اچھی طرح دھو لینا چاہیے' خشک انجیر کی بیرونی سطح سخت ہونے کی وجہ سے جلد ہضم نہیں ہوتی بھگوئی ہوئی انجیر زود ہضم ہوتی ہے جس پانی میں انجیر کو بھگویا جائے انجیر کھانے کے بعد اسے بھی پی لیا جائے۔

تمام بیماریوں کا علاج: حضرت انس بن مالک ؓ سے روایت ہے کہ حضور نبی کریم ﷺ نے فرمایا: اپنی حلال کمائی کے درہم سے شہد خرید کر اسے بارش کے پانی میں ملا کر پینا تقریباً سبھی بیماریوں کا علاج ہے۔

منوں مٹی تلے دفن پاک فوج کا جوان

راجہ محمد اسلم صوبیدار (ر) کلر کہار

اس جوان کے داہنے کندھے میں گولی کا زخم تھا جس میں سے اب بھی خون رس رہا تھا جیسے کہ ابھی ابھی حادثے کا شکار ہوا ہو۔ اس کی لوہے کی ٹوپی (سٹیل ہیلمٹ) کا تسمہ اس کے گلے میں پڑا ہوا تھا اس کے سینے پر پانی والی چھاگل پڑی تھی جس کا کھلا منہ جوان کے منہ میں تھا

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! دل کی اتھاہ گہرائیوں سے دعا ہے کہ اللہ تعالیٰ آپ کو دین دنیا کی نعمتوں سے نوازے۔ آمین!۔ گزشتہ چند ماہ سے عبقری شمارے میں پاک فوج کے شہدا کے بارے میں پڑھ رہا ہوں تو مجھے اپنا ایک واقعہ یاد آیا جو میں محترم قارئین کی خدمت میں پیش کرانا چاہتا ہوں۔ اللہ تعالیٰ کی پاک کلام قرآن مجید جو اللہ کے پیارے نبی آخر الزمان حضور نبی کریم حضرت محمد ﷺ پر فرشتوں کے سردار حضرت جبرائیل علیہ الصلوٰۃ والسلام کے ذریعہ نازل فرمائی وہ شروع ہی ان الفاظ سے ہوتی ہے کہ ''ذالک الکتاب لاریب فیہ'' وہ بلند و مرتبہ کتاب جس میں کوئی شک کی جگہ نہیں۔ اس میں ارشاد ربانی ہے کہ جو اللہ کی راہ میں مارے جائیں ان کو مردہ مت کہو بلکہ وہ زندہ ہیں مگر تمہیں اس کا شعور تک نہیں۔

محترم قارئین! میں پاک فوج کا ریٹائرڈ صوبیدار ہوں۔ میں نے 1984ء میں ایک ڈاکٹر صاحب کا آنکھوں دیکھا حال سنا۔ انہوں نے کہا کہ یہ ان دنوں کی بات ہے جب دریائے جہلم سے نہر اپر جہلم کھودی جارہی تھی۔ میں ان دنوں جہلم ہسپتال میں اپنی ڈیوٹی پر تھا کہ شام کے وقت تقریباً اٹھارہ بیس آدمی ایک آدمی کو چارپائی پر اٹھائے ہسپتال لائے۔ وہ مزدور قسم کے لوگ لگتے تھے میں سمجھا کہ ان کا کوئی آدمی ہے جو زخمی ہوا' وہ اسے ہسپتال لائے ہیں۔ مگر جب میں نے چارپائی پر پڑے آدمی کے اوپر سے کپڑا اٹھایا تو میری آنکھیں کھلی کی کھلی رہ گئیں۔ میں نے ان لوگوں سے پوچھا کہ تم کون ہو اور اس کو کہاں سے لائے ہو؟ تو کہنے لگے کہ جو اپر جہلم نہر کھودی جارہی ہے ہم وہاں پر مزدوری کرتے ہیں۔ ہم تقریباً اٹھارہ بیس فٹ کی گہرائی پر کھدائی کررہے تھے کہ اس آدمی کے پاؤں کے ساتھ کدال ٹکرائی تو ہم نے بڑے آرام کے ساتھ ہاتھوں سے ساری مٹی کھودی اور دیکھا تو پتہ چلا کہ یہ تو پاک فوج کا جوان تھا جو نامعلوم کتنی مدت سے منوں مٹی تلے دفن ہیں۔ میں (ڈاکٹر نے) نے اس کے سارے جسم کو الٹ پلٹ کر دیکھا تو بڑا تعجب ہوا کہ آدمی کے مرنے کے بارہ یا چودہ گھنٹے بعد اس کا جسم گلنا شروع ہوجاتا ہے لیکن یہ جوان نامعلوم کتنی مدت سے منوں مٹی میں زمین کے نیچے دفن ہے اور بالکل تازہ لگ رہا ہے حالانکہ مٹی تو لوہے کو بھی گلا دیتی ہے۔

اس جوان کے داہنے کندھے میں گولی کا زخم تھا جس میں سے اب بھی خون رس رہا تھا جیسے کہ ابھی ابھی حادثے کا شکار ہوا ہو۔ اس کی لوہے کی ٹوپی (سٹیل ہیلمٹ) کا تسمہ اس کے گلے میں پڑا ہوا تھا اس کے سینے پر پانی والی چھاگل پڑی تھی جس کا کھلا منہ جوان کے منہ میں تھا میں سمجھا کہ حادثے کے دوران شاید جوان نے پانی منہ سے لگایا اور اسی دوران اللہ کو پیارا ہوگیا۔ جب میں نے اس کے منہ سے پانی والی وہ بوتل نکالی تو دیکھا کہ اس میں سے دودھ کی مانند سفید گاڑھا مواد شہد کی طرح بہہ نکلا۔ میں نے اس کو چکھنا چاہا مگر نہیں۔ سبحان اللہ جب شہید زندہ ہیں تو اللہ تعالیٰ ان کو رزق بھی دیتا ہے۔ اس کے راز وہ خود ہی جانے ہم میں تو شعور بھی نہیں۔

واقعی اللہ تعالیٰ نے اپنے کلام پاک میں جو کچھ فرمایا ہے بالکل سچ فرمایا ہے اور بسا اوقات اپنی قدرت کا ثبوت ہم کو اپنی آنکھوں سے دکھا بھی دیتا ہے۔

جس طرح کہ اصحاب کہف کا واقعہ جو تین سو نو سال کھوہ میں رہے نہ بھوک' نہ پیاس' نہ دھوپ' نہ چھاؤں۔ ایسے تازہ جیسے ابھی دیر بعد سو کے اٹھے ہوں۔ پھر وہاں موجود سب لوگوں نے اس عظیم پاک فوج کے شہید جوان کا دیدار کیا اور ہم نے اسے جہلم کے قبرستان میں دفن کردیا۔

پاک فوج کیساتھ اللہ تعالیٰ کی مدد کے انوکھے واقعات

قارئین! آپ فوجی ہیں یا آپ نے پاک فوج کے کسی شہید کا کوئی واقعہ زندہ جسموں کے ساتھ اور شہید جسموں کے ساتھ اللہ کی مدد کے ساتھ ان کی میت محفوظ رہی یا گزشتہ پاکستانی افواج نے دشمنوں کے ساتھ جو جنگ لڑی یا کارگل کی جنگ اور اس میں اللہ تعالیٰ کی مدد کے انوکھے واقعات آپ کے کانوں سے گزرے ہوں یا کہیں پڑھے ہوں کیونکہ فوج محفوظ تو سرحدیں محفوظ۔۔۔ لہٰذا ایسے واقعات مشاہدات تجربات آپ کے اپنے ہوں یا کسی سے سنے ہوں' ضرور لکھیں۔ ہر ماہ یہ سلسلہ شروع کیا جارہا ہے۔

حلقہ کشف المحجوب

ہر ماہ توحید و رسالت سے مزین مشہور عالم کتاب کشف المحجوب سبقاً حضرت حکیم صاحب مدظلہٗ پڑھاتے ہیں اور مراقبہ بھی کرواتے ہیں۔ قارئین کی کثیر تعداد اس محفل میں شرکت کرتی ہے۔ تقریباً دو گھنٹے کے اس درس کا خلاصہ پیش خدمت ہے۔

استعانت کے معنی.....! اس وقت جو ہم باب پڑھ رہے ہیں یہ ساتویں فصل ہے۔ ساتواں باب ہے۔ تو پیر علی ہجویری رحمۃ اللہ علیہ نے اس میں استعانت یعنی مدد کو بیان کیا ہے۔ استعانت کیا ہے؟ وہ یہ ہے کہ ہر پل، ہر سانس، ہر لمحہ اور ہر لحظہ ہمیں مدد کی ضرورت ہے۔ حفاظت مدد ہے اور مدد کے بغیر حفاظت نہیں ہوسکتی۔ کفایت! یعنی ضرورتوں کا پورا ہوجانا مدد ہے۔ کفالت! دن اچھا گزرے، رات اچھی گزرے، سہولت سے گزرے، سکھ میں گزرے، مدد ہے۔ حفاظت بھی مدد ہے، کفایت بھی مدد ہے اور کفالت بھی مدد ہے۔ حادثات و بلیات سے بچے رہنا، دشمن کے شر سے بچے رہنا، جادو جنات کی شرارت اور اسکے نقصانات سے بچے رہنا یہ بھی مدد ہے۔ ہر پل اور ہر سانس مدد کے بغیر ہمارا گزارا نہیں۔ اور کس کی مدد؟ اللہ جل شانہٗ کی مدد کیونکہ اللہ جل شانہٗ کی مدد کے بغیر ہمارا گزارا نہیں۔ تو شیخ یہ فرماتے ہیں: لیکن جو میں نے کہا ہے کہ تمہارا مقصود واضح ہوگیا اور تمہاری غرض سے تعلق رکھنے والی باتیں کئی اجزء میں تقسیم ہوگئی اور جو میں نے کہا ہے کہ میں اللہ جل شانہ سے توفیق اور اعانت چاہتا ہوں۔ **خواجہ قطب الدین بختیار کاکی رحمۃ اللہ علیہ کا بیان فرمودہ اسم اعظم:** خواجہ قطب الدین بختیار کاکی رحمۃ اللہ علیہ نے جبکہ ایک دفعہ خدام اور مریدین ان کی خدمت میں بیٹھے ہوئے تھے۔ ان سے فرمایا تمہیں اسم اعظم بتاؤں؟ تو سارے خوش ہوگئے کہ ہم نے سنا ہے کہ ہمارے حضرت کے پاس اسم اعظم ہے جس کو پڑھ کے اسی وقت جو مانگو، جس طرح مانگو، جتنا مانگو، جو من میں آئے اسوقت قبول ہوجائے اسکو اسم اعظم کہتے ہیں۔ تو سب نے پوچھا حضرت اسم اعظم عنایت فرمائیں۔ تو شیخ رحمۃ اللہ علیہ نے فرمایا کہ دل کو ماسوا اللہ سے خالی کردو، مکمل طور پر خالی کردو۔ اللہ کی ذات کے علاوہ سے دل کو خالی کردو۔ پھر اس دل کو اللہ کی طرف متوجہ کرکے جو مانگو گے مل جائے گا اور پھر فرمایا کہ دل کو اللہ کے غیر سے خالی کرکے تو دو نفل پڑھ ایسے دو نفل کائنات کے وہ فیصلے کرادیں گے جو تو چاہتا ہے۔ (جاری ہے)

تصوف و معرفت کی زندہ و تابندہ کتاب کشف المحجوب کے خزانوں ورانمول موتیوں پر مشتمل حضرت حکیم صاحب دامت برکاتہم کے خطبات کے مجموعہ ''حلقہ کشف المحجوب'' کا آج ہی مطالعہ کریں

جھوٹے مقدمے اور جھوٹی تہمت سے خلاصی: اگر کسی پر جھوٹا مقدمہ یا جھوٹی تہمت لگی ہوتو اس سے خلاصی کیلئے سورۂ یونس کی آیت نمبر 82 کو کثرت سے پڑھیں۔

علامہ لاہوتی پراسراری

جنات کا پیدائشی دوست

سلسلہ وار آپ بیتی
قسط نمبر 77

ایک ایسے شخص کی سچی آپ بیتی جو پیدائش سے اب تک اولیاء جنات کی سرپرستی میں ہے اس کے دن رات جنات کے ساتھ گزر رہے ہیں۔ قارئین کے اصرار پر سچے حیرت انگیز دلچسپ انکشافات قسط وار شائع ہورہے ہیں لیکن اس پراسرار دنیا کو سمجھنے کیلئے بڑا حوصلہ اور حلم چاہیے۔

سردی کی رات‘ قبرستان کی تنہائی اور پراسرار سرسراہٹ: میں ابھی پچھلے دنوں رات کو قبرستان میں تھا‘ سردی ہو اور سردی کی راتیں ہوں‘ لمبی سرد راتیں جہاں عبادات میں مزہ دیتی ہیں‘ وہاں قبرستان کی تنہائیوں میں بھی بہت زیادہ لطف اور مدد دیتی ہیں‘ قبرستان میں اچانک مجھے سرسراہٹ محسوس ہوئی میں سمجھا کوئی سانپ ہے‘ پھر احساس ہوا سردیوں میں سانپ نہیں ہوتے‘ سمجھا کوئی نیولہ ہوگا‘ دائیں بائیں غور سے دیکھا‘ اسے اپنا خیال سمجھ کر پھر میں اپنے عمل میں لگ گیا۔ تھوڑی دیر ہوئی وہ سرسراہٹ پھر محسوس ہوئی لیکن اب اس کی آواز زیادہ تھی اور آواز میں یہ احساس تھا کہ جیسے کپڑوں کا کوئی ڈھیر یا گٹھڑی ہو اور اسے کوئی زمین پر گھسیٹ رہا ہے اور اسے گھسیٹنے سے جو آواز نکلتی ہے‘ بالکل واضح وہی آواز تھی۔

پرانے کفن پر مُردوں کی ہڈیاں: اب میرے احساسات بیدار ہوئے اور میرا خیال غالب ہوگیا کہ یہ کوئی راز ہے یا کچھ ہے‘ اب میں اپنے عمل کو چھوڑ کر اس طرف متوجہ ہوا‘ اس طرف اٹھا‘ اس سرسراہٹ کی طرف گیا‘ میں دیکھ کر حیران ہوا ایک پرانے کفن کا ٹکڑا ہے اور اس کے اوپر مُردوں کی ہڈیاں بہت سلیقے سے جڑی ہوئی ہیں جیسے گٹھڑی باندھنے کیلئے کسی چیز کو سلیقے سے جوڑا جاتا ہے بس گانٹھ دینا باقی ہوتا ہے۔ وہ گٹھڑی تھوڑی ہی دیر ہوتی ہے خودبخود گھسیٹتی ہے پھر رک جاتی ہے۔ مجھے حیرت کا ایک جھٹکا لگا لیکن خوف محسوس نہیں ہوا۔ میں دائیں بائیں دیکھنے لگا کہ کون سی چیز اس گٹھڑی کو گھسیٹ کر چلتی ہے‘ میں پھر ایک طرف ہوگیا اور اس انتظار میں رہا کہ کس وقت یہ گٹھڑی گھسیٹتی ہے شاید انہیں میرے آنے کی اطلاع ہوگئی تھی‘ گٹھڑی یعنی وہ سلیقے سے جڑی ہڈیاں بالکل جامد اور ساکت۔ میں پھر اسی انتظار میں اور ساتھ میں اپنے عمل میں بھی لگا رہا۔ تھوڑی دیر ہوئی وہ گٹھڑی خودبخود پھر چند فٹ کھسکی پھر رک گئی اب تو میرے تجسس کو اور آگ لگی اور میں اس کی طرف بڑھا میں نے ایک ایک ہڈی کو اٹھایا‘ کوئی بازو کی کوئی کلائی کی کوئی کھوپڑی‘ کوئی ٹوٹی ہوئی کوئی خستہ کوئی بالکل تازہ غرض یہ ہڈیوں کا ڈھیر میں ہٹاتا چلا گیا مجھے ایک احساس تھا کہ شاید اس کھوپڑی کے اندر کوئی جاندار چیز ہو جو اس کو حرکت دے رہی ہے۔ میں نے کھوپڑی کو ٹٹول ٹٹول کر دیکھا‘ سوائے مٹی کے اور کچھ نہ نکلا یا بعض کھوپڑیوں میں سے ہڈیوں کا چورا نکلا۔

یہ جنات کی کارستانی یا روحوں کا طلاطم ہے: میں سمجھ گیا کہ یا یہ جنات کی کارستانی ہے یا روحوں کا طلاطم ہے‘ میں نے واپس ان ہڈیوں کو اسی سلیقے سے جوڑا‘ رات کو تقریباً پونے تین بجے کا وقت ہوگا‘ سردی اپنے جوبن پر‘ سناٹا کبھی کبھی کتوں کے بھونکنے کی آواز یا پھر یہ ہڈیوں کا ماجرا۔ ورنہ ہر طرف ہو کا عالم تھا جسے دوسرے لفظوں میں کہوں ایک میں اور میری تنہائی بالکل یہی بات۔ میں انہی سوچوں میں الجھا ہوا تھا یہ جنات ہیں یا روحوں کا نظارا‘ یا طلاطم! **سخت کالی رات‘ سفید لباس اور کالا کمبل:** اچانک میرے دل میں ایک خیال آیا اور میں نے زبان تالو سے لگا کر سورۂ مزمل پڑھنا شروع کردی‘ میں نے اپنے رہبر کی زیرنگرانی سورۂ مزمل زبان تالو سے لگا کر آٹھ دفعہ تک پڑھنے کی مشق کی تھی اور پھر یہ مشق بڑھتی چلی گئی اور بہت آگے گئی میں باوضو تھا‘ میں نے سفید لباس اور بھرپور خوشبو لگائی ہوئی تھی سیاہ رنگ کا کمبل اوڑھا ہوا تھا اور اپنے جسم کو سردی سے محفوظ رکھنے کیلئے کچھ لوازمات کیے ہوئے تھے۔ **اچانک ہڈیاں جڑنا شروع ہوگئیں:** میں نے سورۂ مزمل ابھی پوری ہی نہیں پڑھی تھی کہ یکایک ہڈیوں میں ہلچل پیدا ہوئی اور ہڈیاں بکھر گئیں‘ کچھ ہڈیاں تنہا رہ گئیں کچھ ایک دوسرے کے ساتھ جڑ گئیں۔ میں سمجھ گیا یہ روحوں کا نظام ہے جو ہڈی جس جسم کی تھی اسی جسم کے ساتھ لگ گئی اور جو ہڈی تنہا تھی وہ اسی جسم کی تھی اور وہ تنہا ہے اس کی باقی ہڈیاں اس کی قبر میں ہیں۔ **ہڈیوں نے کہا آپ جو پوچھیں گے ہم بتائیں گے:** میں نے سورۂ مزمل پڑھنے میں مزید تاخیر نہ کی اور یہ نظارہ دیکھنے کیلئے ساتھ ایک اینٹوں کی چوکی بنی ہوئی تھی اس پر بیٹھ گیا میں نے تین بار سورۂ مزمل پڑھی اور چوتھی دفعہ پڑھنے ہی لگا کہ ایک بوڑھی کانپتی ہوئی آواز آئی۔ محترم بس کیجئے! یہ بہت شکستہ اور لاجواب اردو کی آواز تھی لیکن اس آواز کو سن کر بھی میں نے سورۂ مزمل چوتھی بار پڑھنا نہ چھوڑی ابھی چند آیات ہی پڑھی تھیں وہ کہنے لگے آپ مزید نہ پڑھیے آپ ہم سے جو پوچھیں گے ہم آپ کو بتائیں گے۔ **ہڈیاں مراد آباد کے بڑھئی کی تھیں:** پھر ایک پل میں‘ میں اس کلام کی تاثیر اور اللہ کی قدرت پر حیران ہوا اور پھر سوچنے لگا اللہ ہر چیز پر قادر ہے‘ آخر قیامت کے دن بھی تو یہی ہڈیاں بولیں گی اور اللہ ہڈیوں کو جسم حتیٰ کہ جو ہڈیاں مٹی ہوچکی ہیں ان کو جسم اور روح عطا فرمائے گا۔ بس انہی سوچوں میں تھا اور اللہ کی قدرت پر میرا یقین اور بڑھتا جارہا تھا تو میں نے ان سے پوچھا آپ کون ہیں؟

رئیس دادا کا غریب پوتا: بولے میں مراد آباد کا رہنے والا ہوں‘ 1947ء کے حوادث کے بعد تین سال زندہ رہا‘ میری عمر اس وقت 68 سال کی تھی‘ میں بڑھئی تھا۔ لکڑی کا کام کرتا تھا لیکن اس سے پہلے میرے دادا نواب تھے‘ چوبدار تھے اور ان کا نواب سے بہت گہرا تعلق تھا۔ ہمارے گھر میں دولت اور مال کی ریل پیل تھی کسی چیز کی کمی نہ تھی میں نے اپنے دادا کو دیکھا تھا انہوں نے اسی سال سے زیادہ کی عمر پائی تھی وہ دادا نہیں تھے خود بادشاہ تھے‘ شہنشاہ تھے‘ بہت تونگر تھے‘ دولت‘ مال‘ عزت‘ بگھیاں‘ گھوڑے‘ سواریاں‘ جانور‘ ڈیرے‘ زمینیں غرض کونسی چیز ایسی تھی جو میرے دادا کے پاس نہ تھی۔ میں نے اپنے بچپن میں شاہی انداز سے آنکھ کھولی اور شاہانہ مزاج سے پلا۔ شاہانہ طبیعت نے میرے مزاج کو اور شاہانہ بنادیا‘ یوں میں زندگی کے دن رات گزارتا چلا گیا۔ میرے دادا فوت ہوگئے اور وہ ساری دولت‘ مال‘ عزت‘ وقار‘ شان وشوکت‘ تونگری‘ گھوڑے‘ جانور‘ چیزیں‘ حویلیاں میرے اکلوتے والد کے ورثے میں آئیں۔

ایک ہولناک منظر مگر میں مطمئن: ایک اور چیز یہ بات کہتے ہوئے ہڈیوں سے آتی آواز رک گئی وہ تنہائی قبرستان کی‘ وہ سناٹا قبروں کا‘ ایک انوکھا ڈراؤنا ہولناک منظر‘ جاڑے اور سردی کی شدت‘ ہڈیوں میں سے آواز‘ ایک ہولناک منظر کھینچ رہی تھی لیکن میں مطمئن‘ وہ آوازیں اور باتیں سن رہا تھا۔

ہڈیوں کے اندر سے رونے اور سسکنے کی آواز: وہ روح مجھے کچھ نہ بتاسکی‘ میں نے اپنا عمل چھوڑ دیا اور اس سے پوچھا آپ بولیں تھوڑی ہی دیر میں اس روح کے اندر سے سسکیاں اور رونے کی آواز محسوس ہوئی‘ وہ روح بولی کہ میرے دادا سخت مزاج اور بخیل تھے حالانکہ اس ساری دولت اور مال میں دادا کی محنت کا کوئی حصہ بھی نہیں تھا۔ یہ سب کچھ میرے بڑوں کو نواب سے ملا تھا۔ **آخر میرا دادا ایسا کیوں کررہا ہے؟** میں نے ہمیشہ اپنے دادا کو غریب کو جھڑکتے‘ ان کو الجھاتے‘ ان کو سزائیں دیتے‘ ان کو

مارتے اور ان کی مزدوری کھاتے دیکھا۔ میں بعض اوقات اس پر کڑھتا تھا‘ چھوٹا تھا لیکن باشعور تھا‘ مجھے احساس ہوتا کہ دادا ایسا کیوں کر رہا؟ ایک دو دفعہ میں نے بولنے کی کوشش کی لیکن دادا کی ڈانٹ نے میری آواز کو دبا دیا۔ میں کبھی نہ بول سکا۔ مجھے وہ وقت یاد ہے جب غریب میرے دادا کے منہ پر ان کی تعریف کرتے تھے اور غائبانہ انہیں جھولیاں اٹھا اٹھا کر بددعائیں دیتے تھے‘ کسی کی بے عزتی ہوتی تھی‘ کسی کی بے قدری ہوتی‘ کسی کے ساتھ نوابی مزاج سے سلوک کیا جاتا‘ کوئی روتا تھا‘ کوئی سسکتا تھا‘ کوئی الجھتا تھا‘ کوئی اپنی مزدوری کا اور اجرت کا فکرمند رہتا تھا۔ چند بار ایسے واقعات بھی ہوئے لوگ اپنا حق لینے کیلئے عدالتوں کی طرف گئے لیکن دادا کے اثر و رسوخ اور تعلقات نے ان لوگوں کو ناکامی دی بلکہ وہی مقدمات ان پر الٹے پڑ گئے۔ **مزاحمت پر میرے والد نے ہر بار مجھے بددعا دی:** بس دادا کے مرنے کے بعد میرے والد نے کچھ لوگوں کے ساتھ اچھائی کی لیکن وہ بھی سو فیصد تو نہ کہوں گا لیکن کچھ فیصد اپنے والد کے مزاج پر تھے اب میں بڑا ہو گیا تھا اب میرا شعور بیدار ہو گیا اب میں نے مزاحمت کی لیکن والد نے ہر دفعہ مجھے بددعا دی کہ تو نے میرے فیصلوں کی بے قدری کی تو ہمیشہ بھوکا اور پیاسا رہے گا لیکن میں نے خود محسوس کیا کہ ہمارا مال‘ چیزیں‘ نعمتیں‘ مربعے‘ جاگیریں‘ حویلیاں‘ جانور سب کچھ کم ہونا شروع ہو گئے۔ **دادا کے مرنے کے 17 سال بعد سب ختم:** میرے دادا کے مرنے کے صرف سترہ سال بعد سب کچھ ختم۔ کچھ جانور گھر کا سامان بچا اور باقی ہر چیز بک گئی نامعلوم کیسے بکی؟ حالانکہ میرے والد کوئی نشہ‘ جوا‘ شراب‘ بدکاری نہیں کرتے تھے‘ پر مجھے احساس ہوا ان جھولیاں اٹھا کر بددعائیں دینے والوں کی بددعائیں قبول ہوئیں مگر کچھ تاخیر سے اس میں بھی اللہ کی کوئی حکمت تھی حتیٰ کہ جس دن میرے والد فوت ہوئے تو اس دن ہمارے گھر میں آنے والے مہمانوں کیلئے بمشکل کھانے کے پیسے نکلے قبر اور کفن کے پیسے بھی ہم نے قرض اٹھا کر پورے کیے۔ **گھر‘ جانور سب بک گیا:** اب سارے گھر کے اخراجات اور خرچہ میرے اوپر آ گیا‘ ایک وقت ایسا آیا کہ وہ گھر بھی بک گیا اور جانور بھی ختم ہو گئے اور دور پرے مراد آباد شہر کے ایک کونے میں ایک پرانے مندر کے ساتھ جسے ہم رام کا مندر کہتے تھے ایک خستہ پرانے مکان میں کرائے پر گیا۔ **آخر میں معمولی اجرت پر مزدوری کرنے لگا:** مزدوری پر جاتا آخر ایک لکڑی کے کاریگر کے معاون کے طور پر مجھے بہت معمولی اجرت پر مزدوری ملی‘ مجبور تھا کام میں دلچسپی لینے لگا اور میں تھوڑے ہی عرصہ میں لکڑی کا

ایک اچھا کاریگر بن گیا‘ پھر میں نے اپنی علیحدہ مزدوری کرنا شروع کر دی‘ کچھ سالوں کے بعد میں نے اپنا ایک کمرہ کا مکان بنایا‘ بہت لوگ جن کا میں کام کر رہا ہوتا وہ مجھے بعض اوقات کام کرتے ہوئے آبدیدہ دیکھتے۔ کہتے کہ آپ یہ کیا کر رہے ہیں؟ آپ کو کوئی تکلیف ہے‘ میں کہتا نہیں بس مجھے والدہ یاد آ گئیں‘ کسی کو کیا بہانہ بناتا اور کسی کو کیا۔ حالانکہ مجھے وہ دادا کا عروج‘ وہ نوکروں کا ہجوم‘ وہ لوگوں کی واہ واہ اور گھر میں ہر دسترخوان پر سات آٹھ کھانوں کا چنا جانا‘ وہ گھوڑے‘ وہ بگھیاں‘ وہ دولت‘ وہ مال‘ وہ چیزیں یہ سب مجھے کبھی کبھی محسوس ہوتیں۔ جب بھی یہ چیزیں محسوس ہوتیں بعض اوقات سارا سارا دن آنسو نہ تھمتے اور آہیں اور دادا کے بارے میں بددعائیں نکلتیں۔

دادا آپ نے آخر لوگوں کا حق کیوں کھایا؟ میرے دل سے آج تک دادا کیلئے کبھی دعا نہیں نکلی کہ دادا آپ نے لوگوں کا حق آخر کیوں کھایا؟ آج میں غریب ہوں اور صبح کو مزدوری کا انتظار کرتا ہوں اگر مجھے آج مزدوری نہ ملے تو میرے بچے تو انتظار میں بیٹھے ہوئے ہیں‘ کتنے بچوں کو میرے دادا تو نے رلایا تھا‘ کتنے لوگوں کے آنسو نکلوائے تھے‘ کتنے لوگوں کے دلوں کے درد اور بددعائیں میرے دادا نے لی تھیں‘ میرے دادا آپ نے ایسا کیوں کیا؟ آپ کو ایسا نہیں کرنا چاہیے تھا۔ بعض اوقات رات کو آنکھ کھل جاتی میں بلک بلک کر رونے لگتا تھا میرے بیوی بچے اٹھ بیٹھتے اور پوچھتے کیا ہوا؟ کچھ عرصہ کے بعد انہیں بھی پتہ چل گیا کہ ہمارا والد کس درد اور کس غم پر کڑھتا ہے۔ بس یہ میرے دن تھے اور یہ میری راتیں تھیں میں مزدوری کر کے لاتا۔ **انہی غموں میں کڑھتے مجھے موت آ گئی:** ایک دن میرے ساتھ عجیب واقعہ ہوا میری سات دن کی مزدوری ایک شخص نے ہضم کر لی اور کہنے لگا ابھی پیسے نہیں ہیں‘ بعد میں دوں گا حالانکہ میں دن رات اس کی جیب میں مال اور پیسے دیکھتا اور مجھے کام سے بھی فارغ کر دیا۔ مجھے اس دن احساس اور بڑھ گیا اور اس نے آخرکار مجھے مزدوری نہ دی میرے دل سے اس کیلئے دعائیں نہ نکلیں بددعائیں نکلیں اور میرا دن‘ میری راتیں‘ میری صبحیں‘ میری شامیں اسی بے چینی میں آخر گزرتی گئیں کہ میرے ساتھ اس نے ایسا کیوں کیا؟ پھر مجھے اپنے دادا کے حالات اور میرے دادا نے لوگوں کے ساتھ جو کچھ کیا وہ یاد آنا شروع ہو گیا پھر میرے اندر یہ احساس اور بڑھ گیا بس انہی حالات میں میرے دن رات گزرتے آخرکار میں مر گیا۔ آج مجھے مرے نصف صدی سے زیادہ ہو گیا ہے پر میری ہڈیاں موت کی اس تلخی اور موت کی سختی کو اب بھی بتا رہی ہیں آپ نے میرے لیے سورۂ مزمل کا عمل کیا اللہ نے میری ہڈیوں میں روح ڈالی اللہ ایسا کرنے پر ہر وقت قادر ہے۔ **ہڈیوں کا کفن کے ٹکڑوں پر گھسیٹنے کی داستان:** میں بہت درد اور توجہ سے یہ ساری باتیں سن رہا تھا‘ میں حیران پریشان! میں نے اگلا سوال کیا‘ یہ ہڈیوں کا کفن کے ٹکڑوں پر گھسیٹنے کی داستان کیا ہے؟ تو وہ روح ٹھنڈی سانس لے کر کہنے لگی: ہر نوچندی کی تیرہ، چودہ اور پندرہ یعنی چاند کی تیرہ تاریخ، چودہ تاریخ اور پندرہ تاریخ کو عرش سے روحوں کیلئے ایک غذا آتی ہے کیونکہ یہ وہ تاریخیں ہیں جس میں نظام عالم بدلتا ہے‘ قدرت کے فیصلے ہوتے ہیں‘ زمین پر عذاب آتا ہے‘ بلائیں آتی ہیں‘ آفات آتی ہیں‘ مشکلات آتی ہیں‘ پریشانیاں آتی ہیں‘ الجھنیں بڑھتی ہیں اور تکالیف یا راحتیں یہ سب فیصلے انہی تیرہ چودہ اور پندرہ کی راتوں میں ہوتے ہیں آج چودہ کی رات ہے‘ اور یہ بے چین روحوں کی ہڈیاں گھسٹ گھسٹ کر قبرستان میں آسمانی راحتوں اور آسمانی سکون کے فیصلوں کو تلاش کر رہی ہیں اور یہ سب روحیں اپنی زندہ آل و اولاد کیلئے بے چین ہیں کہ کہیں ایسا نہ ہو کہ ان کیلئے عذاب‘ بلائیں‘ مسائل اور مشکلات کیلئے کوئی فیصلے ہوں۔ ہم سب اللہ سے دعائیں بھی کرتے ہیں لیکن ہم سب بے بس ہیں‘ ہم اللہ سے مانگتے ہیں‘ ہم اللہ سے فریاد کرتے ہیں‘ ہم اللہ کو آپ سے زیادہ جانتے ہیں اے کاش! کہ مرنے سے پہلے اس طرح جان لیتے‘ ہمیں کہنے والے‘ سمجھانے والے‘ ہمیں نصیحت دینے والے بہت آتے تھے میں نے ان سے پوچھا آپ مجھے کوئی قبرستان کے کوئی اور راز بتائیں جس سے ہماری انسانی زندگی میں انتہائی فائدہ ہو۔ تو وہ بولے: (جاری ہے)

وظیفہ پڑھا روٹھی خوشیاں پھر سے لوٹ آئیں!

قارئین! عبقری میں چھپے یا کسی بھی عمل' وظیفے کے کرنے سے آپ کو جادو جنات سے چھٹکارا ملا ہو یا آپ پر کیا گیا جادو ٹونا ہوا ہو تو وہ مکمل عمل اور اس کی مکمل روداد تفصیل کے ساتھ دفتر ماہنامہ عبقری میں بھیجئے۔ آپ کا یہ عمل لاکھوں کیلئے فائدہ مند ثابت ہوگا اور آپ کیلئے صدقہ جاریہ ہوگا۔

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! مجھے امید ہے کہ اللہ کے فضل و کرم سے آپ خیریت سے ہوں گے۔ محترم حضرت حکیم صاحب! میں آپ کو اپنی دکھ بھری داستان سنانا چاہتی ہوں۔ ہم دو بہن بھائی ہیں' ہمارے والدین کی خوشیاں ہماری ہی وجہ سے ہیں' اچانک ہمارے ہنستے بستے گھرانے کو نظر لگی اور پورا گھرانا اُجڑ گیا۔ میرا بھائی جب آٹھویں کلاس میں تھا' سکول میں دل کا درد بڑھنے سے بیہوش ہوگیا۔ مختلف عاملوں کے پاس لے کر گئے تو ایک نے کہا کہ اس کے کان میں مسلسل اذان دیں۔ اذان دینے سے جنات حاضر ہوگئے اور کہنے لگے ہم ہندو ہیں۔ عاملوں نے کہا کہ آپ پر کالا جادو ہے۔ تقریباً آج سے دو سال پہلے اسے کچھ فرق پڑا' گھٹنوں اور کندھوں کا درد اور بوجھ آپ کے دیئے گئے وظائف سے اللہ کے حکم سے صحیح ہوگیا۔ مگر جونہی میرا بھائی ٹھیک ہوا تو میں اور میری والدہ بیمار ہونا اور بیہوش ہونا شروع ہوگئیں۔ میں ایف ایس سی میڈیکل کرنے کے بعد قرآن پاک ترجمہ کے ساتھ پڑھ رہی تھی۔ ابھی پانچ چھ دن ہی گزرے تھے کہ میں گھر آئی تو میں نے چیخیں مارنا شروع کردیں میرا دم گھٹنے لگا۔ دل کی دھڑکنیں تیز ہوگئیں۔ اسی طرح ان ہی دنوں میں میری والدہ بھی بیہوش ہونا شروع ہوگئیں اور جب ہم دونوں کو ہوش آتا تو دونوں کے دل کی گھبراہٹ اور دھڑکن اتنی زیادہ ہوتی کہ ہمارے بس سے باہر ہوجاتی' میرا دل چاہتا کہ میں گھر چھوڑ کر کہیں باہر چلی جاؤں۔ پھر ہم دونوں عاملوں کے پاس گئیں' انہوں نے کہا کہ جادو ہے' کچھ عرصہ بعد ایک شخص نے آپ کا نمبر دیا' میری امی نے فون پر وقت لیا اور اپنے بھانجے کو لے کر لاہور آپ کے پاس آئیں تو آپ نے کہا کہ آپ کے گھر پرانا جادو ہے اور اسے ٹھیک ہونے میں کچھ عرصہ لگے گا۔ آپ نے جادو کے توڑ کیلئے گھر میں ہر وقت درس لگانے کو کہا اور ساتھ یَامُمِیْتُ یَاقَابِضُ یَاصَبُوْرُ ہر وقت کھلا پڑھنے اور ساتھ صدقہ دینے کا کہا۔ ہم نے یہ وظائف شروع کردیئے۔ ٹی وی گھر سے نکال دیا' ہر وقت آپ کے درس نیٹ پر آن لائن سننا شروع کردیئے۔ پہلے چار ماہ تو وظائف کرنے سے حالات اور خراب ہوگئے میری بے ہوشی اور دل کی خفقان دل اور دھڑکن اور زیادہ ہوگئی مگر ساڑھے چار ماہ کے بعد اللہ کے فضل سے اور آپ کے وظائف سے میری بے ہوشی ختم ہوگئی' مگر دل کی دھڑکن اور گھٹن ختم نہ ہوئی۔ تقریباً سات ماہ بعد اللہ کے فضل سے آپ کے ساتھ ملاقات ہوئی۔ آپ نے مجھے خصوصی دم کیا' مجھے' میرے والد' والدہ کو بھی دم کیا۔

الحمدللہ! آپ کے دیئے اعمال کرنے کی بدولت دل کی خفقان اور دھڑکن اب پہلے کی طرح نہیں ہے۔ اب بہت سکون ہے۔ اعمال ابھی جاری ہیں۔ ہمارے گھر میں واپس خوشیاں لوٹ رہی ہیں۔ **(ن،ش)**

جادو جنات سے چھٹکارا

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! اللہ رب العزت آپ کو اور عبقری سے وابستہ ہر شخص کو تاقیامت سرسبز و شاداب رکھے۔ آمین! میں نے اپنے مسائل کے حل کیلئے دفتر ماہنامہ عبقری رابطہ کیا۔ فون پر انہوں نے سورۂ والضحیٰ اور الم نشرح ہر نماز کے بعد سات مرتبہ پڑھنے کو دی جو ہم پڑھ رہے ہیں اور ساتھ ستر یا نوے درس سننے کو فرمایا۔ اللہ کے فضل سے درس سو سے اوپر ہوگئے ہیں۔ ہمارے صحن میں کالے جادو کے داغ گول گول پڑتے تھے۔ جب سے اعمال شروع کیے اور درس سننا شروع کیے ہیں وہ داغ کم ہوتے ہوتے اب ختم ہوگئے ہیں۔ اب صحن بالکل صاف ہوتا ہے۔ **(ج)**

(بقیہ: عبقری روحانی اجتماع کے حسین مناظر)

نہیں جاؤں گی' میں ہمیشہ یہاں ہی رہوں گی' مگر اپنے مجھے لے آئے ہیں۔ مگر یہ نہیں جانتے کہ میرا دل تسبیح خانہ کے بہشت میں ہی رہ گیا ہے۔ میں وہاں ہی رہوں گی وہاں ہی مر جاؤں گی۔ مگر اب میں گھر پر ہوں مگر وہ یادیں ہر پل میرے ساتھ ہیں۔ میرے بچوں نے بہت اچھا اثر لیا ہے' ہر وقت ایک دوسرے سے کہتے ہیں اللہ والے ایسا کرو' اللہ والے ایسا نہ کرو' مل مل کر رہو' اللہ والے لوگ مل مل کر کھاؤ' جتنا مل کر کھاؤ گے اتنی ہی برکت ہوگی۔ مجھے ہر وقت لنگر خانہ جیسی دال کا مطالبہ کرتے ہیں' پھر ایک چھوٹی پرات میں ڈال کر روٹی کے ٹکڑے بنا کر بانٹ کر کھاتے ہیں اور ایک باؤل میں پانی پیتے ہیں۔ مجھے بہت خوشی ہورہی ہے' ہماری نسل سنور جائے ہمیں کیا چاہیے۔ اللہ کریم آپ کو' آپ کے حضرت رحمۃ اللہ علیہ' آپ کے والدین رحمۃ اللہ علیہ' آپ کے دوست احباب' آپ کے معاونین' آپ کی اہلیہ' بچے' نسلوں کو وہ جزا دے جو کسی آنکھ نہ دیکھی نہ ہو' جو کسی نے سوچی نہ ہو' جو کبھی کسی نے پائی نہ ہو۔ اللہ کریم اپنی خاص حفاظت' کفایت' مدد میں رکھے۔ میں تو کہتی ہوں اے اللہ مجھے مانگنا نہیں آتا میرے حضرت کو آپ خود ہی وہ نعمتیں دیں جو وہ اللہ سے مانگتے ہیں۔ آپ تو بس اللہ سے اللہ کو ہی مانگتے ہیں۔

رحم کے تمام امراض سے نجات پائیے

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! خدا آپ کو سلامت رکھے اور آپ کو کامیابیاں نصیب کرے آمین! میرے پاس دو کامیاب آزمودہ عمل ہیں جو کہ درج ذیل ہیں:۔

رحم کے تمام امراض سے نجات: اگر کسی کی اولاد نہ ہو تو سورۂ نجم روزانہ پڑھے اور پانی پر دم کرکے پی لے۔ رحم کے تمام امراض اللہ کے فضل سے دور ہوں گے اور اگر نو ماہ پڑھے تو اللہ کی مہربانی سے بیٹا ہو۔ رحم کا کوئی بھی مسئلہ ہو سورۂ نجم کو زعفران سے لکھ کر پلانے سے بہت فائدہ ہوتا ہے۔ ماموں کی بہو کے پیٹ میں دو بچے دانی ہیں' اس کے ہاں بچہ نہیں تھا۔ میری ممانی نے میرے بتانے پر اس کو درج بالا عمل پلانا شروع کردیا تو اب ماشاء اللہ دو بیٹیاں اور ایک بیٹا ہے۔

دوسرا عمل: اگر کسی کا خط کا جواب یا درخواست کا جواب کہیں سے نہ آتا ہو تو وہ تین دن فجر کی نماز کے بعد ایک ہزار بار یَامُجِیْبُ پڑھے' تھوڑے ہی عرصہ یا دنوں میں جواب آجائے گا۔ میرا آزمایا ہوا ہے اور کہتا ہے کہ میرا جواب آسمان سے اتر کر آیا ہے یا آئے گا۔ **(فرزانہ منیر' بہاولپور)**

میری تالیفات اور ان کی وضاحت

اب تک آنے والی میری جتنی بھی تالیفات ہیں ان کے حوالہ جات' حقیقت' سبب تالیف یہ سب قارئین تک پہنچانے کی ایک کوشش ہے میں ہر کتاب کا حوالہ دوں گا کہ کتاب کن حوالہ جات سے مل کر ایک کتاب بنی ہے۔ اگر میری کسی کتاب میں غلطی ہو' اطلاع دیں' شکر گزار رہوں گا۔

کتاب نمبر 24: ازدواجی مسائل علاج نبوی اور جدید سائنس: شادی انسان کی ضرورت اور رشتہ ازدواج سے منسلک ہونا جسم اور روح کی بالیدگی کیلئے نہایت لازم ہے۔ آخر ہماری گھریلو اور ازدواجی زندگی تلخ کیوں ہوتی ہے پھر یہی تلخی ناچاقی' مایوسی' غم و غصہ اور بیماریوں کی شکل میں ظاہر ہوتی ہے۔ زیر نظر کتاب میں گھریلو اور ازدواجی زندگی گزارنے کے سنہرے اصول اور ساتھ ہی خواتین کی بیماریاں اور ان کا جدید و قدیم علاج کو تحریر کیا ہے۔ اس کتاب کو تالیف کرنے کا مقصد ایک محتاط اور دینی زندگی کی طرف رہنمائی ہے' میری گزارش ہے کہ میری اس کتاب کو اس انداز سے پڑھا جائے کہ اس سے نصیحت اور رہنمائی ملے۔ اس کتاب کو تالیف کرنے میں درج ذیل رسائل و کتب سے استفادہ حاصل کیا۔ ہمدرد صحت۔ ماہنامہ الفاروق۔ تدریس قرآن۔ تم جو مسکراؤ تو سب مسکرائیں۔ مرحبا صحت۔ ماہنامہ صحت۔ مخزن صحت۔ **نوٹ: اگر کوئی حوالہ غلطی سے رہ جائے تو ضرور اطلاع دیں' میں ہر پل اصلاح کا محتاج ہوں**

اللہ کی ہر نعمت پانے کا راز: جو شخص اللہ کی ہر نعمت حاصل کرنا چاہتا ہے تو اسے چاہیے کہ وہ نماز فجر اور نماز عشاء کے بعد ایک مرتبہ سورۂ آل عمران پڑھے۔ انشاء اللہ اللہ تعالیٰ اسے ہر نعمت سے نوازے گا۔

چند اصول اپنائیں! طبیبوں سے ہمیشہ کیلئے نجات پائیں

عاصم محمود

جو مرد و زن دفتر میں کام کرتے ہوئے وقفے وقفے سے کھڑے ہوں، وہ سمارٹ، دُبلے پتلے اور چست رہتے ہیں۔ حتیٰ کہ ساٹھ سیکنڈ کا کھڑا ہونا بھی بدن پر مثبت اثرات مرتب کرتا ہے۔ مثلاً جسم میں کولیسٹرول کم کر دیتا اور انسولین کا نظام بہتر بناتا ہے

پچھلے چند برس میں جدید طبی تحقیق کے ذریعے بعض ایسے طریقے سامنے آئے ہیں جنہیں اپنا کر انسان اپنی صحت بہتر بنا سکتا ہے۔ یہ طریقے روزانہ اپنائے جائیں تو مرد و زن بیماریوں سے دور اور خوش باش رہتے ہیں۔ ان کا تعارف درج ذیل ہے۔ **زندگی کو توانا بنائیں سبز چائے سے فائدہ اٹھائیے:** اگر آپ ناشتے میں سبز چائے یا قہوہ پیتے ہیں تو خوش ہو جائیے۔ جدید تحقیق نے انکشاف کیا ہے کہ قہوہ ایک کرشماتی مشروب ہے۔ گو ابھی اس مشروب پر تحقیق جاری ہے، تاہم طبی تجربات سے قہوہ اور سبز چائے کے درج ذیل فوائد نمایاں ہوئے ہیں: ☆ اگر خاتون روزانہ ۳ پیالی جڑی بوٹیوں کا قہوہ پیئے، تو وہ جلد کے سرطان سے محفوظ رہتی ہے۔ ☆ مرد و زن کم از کم ایک پیالی کافی روزانہ نوش کریں، تو انھیں فالج چمٹنے کا خطرہ کم ہو جاتا ہے۔ ☆ اسی طرح دو پیالی پینے سے انسان ڈیپریشن کا شکار کم ہی ہوتا ہے۔ ☆ اگر مرد روزانہ چار پیالی قہوہ کی نوش کرے، تو پروسٹیٹ سرطان کے خطرے سے ۶۰ فیصد تک بچ سکتا ہے۔ واضح رہے کہ دُنیا میں کئی مرد اسی مرض کے ہاتھوں چل بستے ہیں۔ **ناشتے میں پروٹین لیجیے:** پروٹین کی خوبی یہ ہے کہ یہ ہمارے دماغ اور شکم کو بتاتے ہیں کہ انسان کھا پی کر سیر ہو چکا اور اُسے مزید کھانے کی ضرورت نہیں۔ یہی وجہ ہے کہ جس کی غذا سے پروٹین عنقا ہو، اُسے مسلسل بھوک لگتی رہتی ہے۔ وہ پھر صحت کو نقصان پہنچانے والی غذائیں کھانے سے بھی نہیں چوکتا۔ ایک بالغ انسان کو روزانہ اتنی غذا کھانی چاہیے کہ اُسے مطلوبہ مقدار میں پروٹین مل جائیں۔ ماہرین غذائیات کا کہنا ہے کہ ہر انسان روزانہ مطلوبہ ضرورت کے ۲۰ فیصد پروٹین ضرور کھائے۔ یوں اس میں شکم سیری کا احساس جنم لیتا ہے۔ دوسری صورت میں وہ اتنا زیادہ کھانا کھاتا ہے کہ ہر ماہ اس کا وزن ایک کلو تک بڑھ جاتا ہے۔ یہ سال کا ۱۲ کلو بنتا ہے۔ نتیجہ یہ نکلا کہ انسان غذا سے مطلوبہ پروٹین نہ لے تو موٹاپے کا شکار ہو سکتا ہے۔ دیکھا گیا ہے کہ لوگ عموماً رات یا دوپہر کو پروٹین والی غذائیں مثلاً گوشت کھاتے ہیں۔ اب جدید تحقیق کہتی ہے کہ ناشتے میں پروٹین لیجیے تاکہ دن کے آغاز ہی میں سیری کا احساس پیدا ہو جائے۔ لہٰذا ناشتے میں گوشت کھانا ممکن نہیں، تو اُبلا انڈا اور دہی لیجیے۔ **نیلی روشنی سے بچیں:** آج کل رات گئے تک کمپیوٹر، ٹی وی، سمارٹ فون وغیرہ پر کام کرنا معمول بن گیا ہے۔ لیکن مسئلہ یہ ہے کہ ان آلات سے نکلنے والی نیلی روشنی دماغ کو مسلسل متحرک رکھتی ہے۔ نتیجتاً انسان کو نیند نہیں آتی اور وہ نیند کی کمی کا شکار رہتا ہے۔ تاہم نیند کی کمی بھی ہزارہا مرد و زن کو کمپیوٹر یا ٹی وی سے دور نہیں رکھتی کیونکہ وہ ان کی لت یا نشے میں گرفتار ہوتے ہیں۔ ماہرین اب ایسے ہی نشئیوں کو مشورہ دیتے ہیں کہ وہ سکرین کے آگے فلٹرنگ گلاس لگالیں تاکہ نیلی روشنی کے اثرات کم سے کم ہو جائیں۔ یوں وہ زیادہ دیر تک اور بہتر نیند لے سکیں گے۔ **کھڑے ہو کر 60 تک گنیں:** ہمارے ہاں عام خیال یہ ہے کہ دن کے کسی حصے میں ورزش کر لی جائے، تو یہ انسان کو چاق و چوبند رکھنے کے لیے کافی ہے۔ لیکن جدید طبی تحقیق نے یہ نظریہ باطل قرار دے دیا۔ اب ماہرین کہتے ہیں کہ اگر آپ صبح یا شام جتنی مرضی سخت ورزش کریں، دن کا بیشتر عرصہ دفتر میں بیٹھے گزارتے ہیں، تو وہ کسی کام کی نہیں۔ جدید تحقیق نے انکشاف کیا ہے کہ جو مرد و زن دفتر میں کام کرتے ہوئے وقفے وقفے سے کھڑے ہوں، وہ سمارٹ، دُبلے پتلے اور چست رہتے ہیں۔ حتیٰ کہ ساٹھ سیکنڈ کا کھڑا ہونا بھی بدن پر مثبت اثرات مرتب کرتا ہے۔ مثلاً جسم میں کولیسٹرول کم کر دیتا اور انسولین کا نظام بہتر بناتا ہے جبکہ جو لوگ طویل عرصہ بیٹھے رہیں، وہ مثبت فوائد حاصل نہیں کر پاتے۔ ماہرین طب کا کہنا ہے کہ باقاعدگی سے پیروں پر کھڑے ہونا انسان کو سرطان سے بھی بچاتا ہے۔ تجربات سے معلوم ہوا کہ جو مرد و زن ۱۰ برس تک طویل عرصہ دفتر میں بیٹھے بیٹھے گزاریں، وہ عموماً آنتوں کے سرطان کا نشانہ بن جاتے ہیں۔ "فطرت نے انسانی جسم کی ساخت یوں رکھی ہے کہ وہ دن کا بیشتر حصہ ہلنے جلنے میں گزارے۔ چنانچہ جو انسان فطرت سے بغاوت کرے، مختلف بیماریوں میں مبتلا ہو جاتا ہے۔ کئی لوگوں نے چہل قدمی کو اپنی زندگیوں سے نکال دیا ہے۔ ضروری ہے کہ یہ عمل واپس لایا جائے۔" ماہرین کا کہنا ہے، ضروری نہیں کہ آپ ورزش کے لیے خاص وقت نکالیں۔ دوران کام بھی یہ عمل کرنا ممکن ہے مثلاً کھڑے ہو کر ٹیلی فون سنیں، کسی ساتھی کو پیغام دینا ہو تو فون کرنے کے بجائے اس کے پاس چلے جائیں، چلتے پھرتے میٹنگ کیجیے، وغیرہ۔ **خوش رہنا ہو تو آفتوں کی توقع رکھیں:** انسان غریب ہو یا امیر فطرت کئی نعمتیں بلا امتیاز اسے عطا کرتی ہے اس کے باوجود بہت سے لوگ خوش نظر آتے، وہ دولت مند ہوں یا قلاش۔ اب ماہرین نفسیات نے اندرونی خوشیاں بڑھانے کیلئے ایک نیا طریقہ دریافت کیا ہے وہ یہ کہ دن میں چند منٹ اس بابت ضرور سوچیے کہ آپ کو نعمتیں حاصل ہیں اگر آپ ان سے محروم ہو جائیں تو کیا ہوگا؟ اس ضمن میں ایک برطانوی نفسیات دان کہتا ہے اس سوچ کے ذریعے آپ میں شکر گزاری، ممنونیت اور خوشی کے جذبات جنم لیں گے۔ ظاہر ہے اگر آپ اپنے پیارے احباب اور ضرورت کی تمام اشیاء کھو بیٹھیں تو زندگی گزارنا کٹھن مرحلہ بن جائے گا۔ تب آپ کو دستیاب نعمتوں کی قدر و قیمت کا احساس ہوگا اور وہ دوبارہ آپ کیلئے خصوصی بن جائیں گی۔ **20 سیکنڈ میں نتیجہ پائیے:** آپ کو علم ہے کہ منزل پانے کی کوشش اور حقیقتاً اسے پانے کے مابین کیا فرق ہے؟ ماہرین نفسیات کی جدید تحقیق کے مطابق یہ فرق صرف 20 سیکنڈ کا ہے۔ مطلب یہ کہ اگر آپ کوئی بھی کام 20 سیکنڈ پہلے شروع کر دیں تو توقع یہ ہے کہ وہ مقررہ وقت سے قبل ہی انجام پائے گا۔ مثال کے طور پر صبح سویرے آپ نے ہوائی اڈے پہنچنا ہے تو بہتر یہ ہے کہ رات کو ساری تیاری مکمل کر کے سوئیے حتیٰ کہ کپڑے اور جوتے بھی تیار کر لیجیے۔ اسی طرح اگر آپ اپنے کارکنوں کی تعریف کرنا چاہتے ہیں تو میز پر تھینک یو نوٹ لکھئے۔ نیز قلم ہمیشہ پاس رکھیں تاکہ ضرورت پڑنے پر فوراً شکریے کا نوٹ لکھ سکیں۔ **صبح کام کیجیے اور سہ پہر کو آرام:** یوں تو دھوپ کے کئی فوائد ہیں لیکن وہ بعض نقصان بھی رکھتی ہے مثلاً ہماری جلد پر منفی اثرات مرتب کرنا۔ اب جدید تحقیق سے انکشاف ہوا ہے کہ صبح کے وقت دھوپ ہماری جلد کے خلیوں پر سب سے کم اثر انداز ہوتی ہے جبکہ سہ پہر کو دھوپ میں رہا جائے تو جلد کا سرطان ہونے کا خطرہ 5 گنا بڑھ جاتا ہے۔ وجہ یہ ہے کہ ہمارے ڈی این اے میں پایا جانے والا ایک خاص پروٹین جلد کی حفاظت کرتا ہے۔ یہ پروٹین صبح کے وقت سب سے زیادہ جبکہ سہ پہر کو کم ہوتا ہے۔ چنانچہ اب ماہرین طب لوگوں کو مشورہ دیتے ہیں کہ صبح کے وقت زیادہ کام انجام دیں، مثلاً باغبانی، پیدل چلنا اور اسی قسم کی دیگر سرگرمیاں۔ **جلد کھانا کھائیے جلد سوئیے:** مشرق میں بزرگوں کا یہ قول ہے کہ سرِ شام کھانا کھاؤ اور جلد سو جاؤ۔ اب جدید تحقیق نے بھی اس سے اتفاق کر لیا۔ ماہرین کی رو سے تا دیر جاگنے کا سب سے بڑا نقصان یہ ہے کہ انسان اچھا خاصا فربہ بن جاتا ہے۔

داعی اسلام حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہ (پھلت)

حضرت مولانا دامت برکاتہم العالیہ عالم اسلام کے عظیم داعی ہیں جن کے ہاتھ پر تقریباً 5 لاکھ سے زائد افراد اسلام قبول کرچکے ہیں۔ ان کی مشہور شہرہ آفاق کتاب ''نسیم ہدایت کے جھونکے'' پڑھنے کے قابل ہے۔

کیسا ایمان اور کیسی اتباع رسالت ﷺ کا دعویٰ

افریقی ممالک کے سفر کے دوران ایک تڑپا دینے والا منظر دیکھنے کو ملا جس نے پورے وجود کو جھنجوڑ کر رکھ دیا' زمبیا کی راجدھانی لوساکا میں ہمارے میزبان ایک دینی ادارہ دکھانے کیلئے لے جارہے تھے' ہماری گاڑی کے برابر میں ایک کھلا ٹرک جارہا تھا جس پر بہت سے مرد عورت سوار تھے جن میں ایک خاص تعداد معمر لوگوں کی تھی' وہ سب ناچتے اور گاتے جارہے تھے' اس حقیر نے اپنے میزبانوں جناب نجم الحسن صاحب اور بھائی ریحان جو علماء اور اہل دین کے لوساکا کے بڑے کریم میزبانوں کی حیثیت سے جانے جاتے ہیں' سے معلوم کیا کہ یہ لوگ کسی تقریب میں جارہے ہیں یا ان کو کوئی مذہبی فنکشن ہے' ہمارے میزبانوں نے بتایا کہ یہ کوئی تقریب نہیں ہے بلکہ ان سیاہ فام لوگوں میں کسی انسان کی موت ہوگئی ہے' اس ٹرک میں میت ہے اور یہ لوگ اسے ناچتے گاتے تدفین کیلئے لے جارہے ہیں۔ رواں دواں اس دردناک منظر کو دیکھ کر تڑپ گیا' یہ بیچارے کتنے بے خبر بھولے اور غافل لوگ ہیں کہ ان کو یہ بھی معلوم نہیں' تثلیث کے عقیدہ پر رہ کر' ایمان سے محروم' مرنے والا یہ ان کا عزیز ایک ایسی دردناک آگ میں چلا گیا اور ایسے خطرناک حادثہ کا شکار ہوگیا کہ اس سے زیادہ اندوہناک حادثہ اللہ کی کائنات میں ممکن نہیں اور یہ بھولے بھالے لوگ انجام سے بے خبر خوشی میں ناچ گارہے ہیں اور نبی رحمۃ اللعالمین کے امتی ہم مسلمانان عالم جنہیں چڑھتے سورج کی روشنی میں آنکھوں سے دکھائی دے رہی ہے اس سے زیادہ اس پر یقین اور ایمان ہے کہ ہمارا خونی رشتہ کا بھائی یعنی ہمارے نبی ﷺ کا امتی' ہمارے رب کا بندہ' جو ایمان سے محروم کفر و شرک پر مرگیا وہ ہمیشہ کی دوزخ کے دردناک عذاب میں چلا گیا' اور اس دردناک آگ میں ہمیشہ ہمیشہ جلایا جاتا رہے گا اور اس عذاب سے خلاصی ممکن نہیں۔ اس کے باوجود روز اٹھتی برادران وطن کی ارتھیوں اور میتوں پر جو ہمارے وطن کے مذہبی رواج کے مطابق اس دنیا میں ہی آگ میں جلنا شروع ہوجاتی ہیں اس آگ کے بعد اس آگ سے ستر گنا' ہمیشہ کی اندوہناک آگ کی طرف چلے جانے پر ہمیں نہ کوئی افسوس ہوتا ہے نہ غم' ایک جھوٹے درد بھرے افسانہ' ایک دردناک ناول' ایک درد بھرے ٹی وی سیریل کو دیکھ کر جس طرح دل پر چوٹ لگ جاتی ہے اور آدمی کا دل بالکل بجھ جاتا ہے کئی بار آدمی کھانا بھی نہیں کھا پاتا چھوڑ دیتا ہے کہ لکھنے والے نے بہت ہی درد بھرا افسانہ لکھ دیا حالانکہ یہ یقین ہے کہ یہ افسانہ' یہ ناول' یہ ٹی وی سیریل' اس کا منظر بالکل فرضی اور جھوٹا ہے اور یہ ہمارے خونی رشتہ کا بھائی' ہمارے نبی ﷺ کا امتی' ہمارے رب کا بندہ' جس کا جنازہ ایمان کے بغیر جارہا ہے اس کا اس دنیا کی آگ سے لے کر آخرت کی آگ و عذاب کا ہر منظر بالکل حقیقی ہے۔ یہ کیسا ایمان اور کیسا یقین ہے یہ سمجھ میں آنے والی بات نہیں' حالانکہ ختم نبوت کا اعلان فرما کر رب کریم نے ہمیں دنیا کے انسانیت کو دوزخ سے بچانے کی فکر اور انسانیت کو دعوت دینے کا کام ہمارا فرض منصبی قرار دیا ہے اور ہمیں اس نبی ﷺ کا پیروکار اور امتی ہونے کا دعویٰ ہے جس کے درد و سوز اور کڑھن کو 128 قرآنی آیات میں محفوظ کیا گیا ہے: ''شاید آپ (ﷺ) اپنے کو ہلاک کرلیں گے کہ یہ کیوں ایمان نہیں لاتے۔'' (آل عمران)۔ ''آپ اپنے نفس کو ختم نہ کردیں ان پر حسرت کرتے ہوئے'' آپ کا ارشاد ہے کہ تمہاری مثال اس طرح کی ہے کہ ایک آگ کا الاؤ جلا ہوا ہے اور تم لوگ پروانوں کی طرح اس آگ میں جلے جارہے ہو اور میں تمہاری کمر پکڑ پکڑ کر اس سے نکال رہا ہوں کیا نبی اکرم ﷺ کے امتی ہونے کا دعویٰ کرنے والے ہم اس درد کا ایک شمہ بھی اپنے دل میں محسوس کرتے ہیں؟ اس کے برخلاف ہمارا حال یہ ہے کہ کفر و شرک میں مرنے والے امتی پر دین دار لوگ منہ بھر کر خوشی کا اظہار کرتے ہیں کہ فی النار والسقر (اچھا ہوا دوزخ کی آگ میں گیا) ساری ساری رات رونے اور تڑپنے والے اس نبی رحمت ﷺ سے ہمیں کیا نسبت ہوسکتی ہے۔ چہ نسبت خاک را با عالم پاک

(بقیہ: بھوپال کی شہزادی کے شاہی حکیم کے شاہی نسخے)

امید ہے کہ دوسرے لوگ بھی اس سے فائدہ اٹھائیں گے۔ (انشاء اللہ) لاہور میں سکول' کالج و دفتر میں چھٹی کے اوقات پر ٹریفک اتنی زیادہ ہوجاتی ہے کہ خدا کی پناہ! ایسے میں معمولی نوعیت کے حادثات ہوجانا ایک عام سی بات ہے۔ کچھ عرصہ پہلے سڑک پر اسی طرح (ٹریفک کی وجہ سے) دو گاڑیاں ٹکرا گئیں' نقصان بہت ہی معمولی نوعیت کا تھا مگر بحث و تکرار بہت زیادہ بڑھ گئی اور بات ہاتھا پائی تک پہنچنے ہی والی تھی میں نے اللہ عزوجل کو یاد کیا اور تعوذ پڑھ کر پھونک ماری۔ پھونک مارنے کی دیر تھی کہ سارا جھگڑا اچانک ختم ہوگیا۔ چند سیکنڈز کے اندر اندر دونوں فریق اپنی اپنی منزل کی طرف گامزن تھے۔ کلام الٰہی کا یہ معجزہ میں نے خود اپنی آنکھوں سے دیکھا۔ میں اکثر چیزیں رکھ کر بھول جاتا ہوں جب کوئی چیز نہ ملے تو میں درود ابراہیمی پڑھنا شروع کردیتا ہوں اور اکثر چیز مجھے وہاں سے ملتی ہے جہاں پہلے بھی تلاش کرچکا ہوتا ہوں یا پھر خود ہی چلتے پھرتے اس چیز (گمشدہ چیز) کے پاس پہنچ جاتا ہوں۔ (عطاء الرحمٰن شاہدرہ)

ٹوٹکوں کی بھرمار

آپ ﷺ نے فرمایا جو خانہ کعبہ کا طواف 50 مرتبہ کرے وہ گناہوں سے ایسے نکل جائیگا گویا کہ اس کی ماں نے اسے آج ہی جنا ہو۔

یَا مُحِیْطُ کے فوائد: جس کی گندی باتوں کی عادت نہ جاتی ہو وہ 90 بار یَا مُحِیْطُ پڑھ کر کسی خالی پیالے یا گلاس میں دم کرکے حسب ضرورت پانی پیا کرے۔ **فاقہ سے محفوظ رہنے کیلئے:** حضرت ابن مسعودؓ نے حضور اکرم ﷺ کا ارشاد نقل کیا ہے جو شخص ہر رات کو سورۂ واقعہ پڑھے اس کو کبھی فاقہ نہ ہوگا۔ (فضائل قرآن)۔ **آنکھوں کے گرد سیاہ حلقوں کیلئے:** آنکھوں کے گرد آہستہ آہستہ روغن زیتون یا روغن بادام کی مالش کریں۔ **چوری سے محفوظ:** **یَا جَلِیْلُ:** دس بار پڑھ کر جو اپنے مال و اسباب اور رقم وغیرہ پر دم کردے انشاء اللہ عزوجل چوری سے محفوظ رہے گی۔ ارشاد نبوی ﷺ: آپ ﷺ نے فرمایا کہ مجھے حکم دیا گیا کہ تقریر، گفتگو میں اختصار کیا کروں۔ اس لیے کہ مختصر بات چیت بہتر ہوتی ہے۔ جو شخص علم کی تلاش میں نکلا۔ وہ اپنی واپسی تک گویا اللہ تعالیٰ کی راہ میں چلتا رہا۔ اکسیر تلی: پختہ میٹھے آموں کا رس ایک چھٹانک لیکر اس میں ایک تولہ شہد شامل کرکے روزانہ پلائیں' کچھ عرصہ کے استعمال سے تلی کا ورم دور ہوجائیگا۔ **لاعلاج مریض کی صحت کیلئے:** تمام شکوک دور کرنے' یقین کی نعمت پیدا کرنے اور لاعلاج مریض کی صحت کیلئے اَللّٰہُ کا ہزار بار روزانہ ورد رکھیں، انشاء اللہ فائدہ ہوگا۔ **مسکین کی نسبت:** مسکین کی نسبت آپ ﷺ کا ارشاد ہے کہ کسی مسکین کو دروازے سے خالی نہ پھیرو۔ گو چھوہارے کا ایک ٹکڑا ہی کیوں نہ دو۔ نکسیر کے لیے آسان ٹوٹکہ: سرکے میں روئی اور کپڑا بھگو کر ناک کے سوراخ میں رکھ لینے سے نکسیر بند ہوجاتی ہے۔ **گمشدہ چیز کیلئے:** جب گمشدہ چیز کی خبر ملے فوراً بلاتاخیر اِنَّا لِلّٰہِ وَاِنَّآ اِلَیْہِ رٰجِعُوْنَ ○ (سورۂ بقرہ آیت نمبر 156) گیارہ مرتبہ پڑھ لے چیز مل جائے گی۔ **خشک کھانسی:** خشک کھانسی میں کیلے اور کھجور کو مکھن میں ملا کر کھانا مفید ہے، اس طرح خشک کھانسی کیلئے بادام بھی فائدہ مند ہوسکتا ہے۔

مزید روحانی و جسمانی ٹوٹکے پانے کیلئے آج ہی دفتر ماہنامہ عبقری سے کتاب ''عبقری لاجواب انوکھے اور لاجواب ٹوٹکے'' (جلد اول' دوم) لائیے آزمودہ ٹوٹکے پائیے۔

شاہی قلعہ کے بونے جنات کی دعا اور میری مشکل حل

میرا کینسر کے ایک بڑے ہسپتال سے علاج ہوا' مجھے وہاں سے چھٹی ملی اور ابھی علاج جاری تھا۔ کچھ عرصہ بعد دوبارہ ڈاکٹر کے پاس گئی تو انہوں نے چیک اپ کے بعد مجھے دوسرے بریسٹ میں بھی وہم میں ڈال دیا' پھر ڈھیر سارے ٹیسٹ ہوئے۔

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! ہم عبقری رسالہ پچھلے چند سالوں سے مسلسل پڑھ رہے ہیں' اس رسالے نے ہمارے بہت سے مسائل حل کیے ہیں خاص طور پر علامہ لاہوتی پراسراری کے مضمون کی تو کیا ہی بات ہے۔ عبقری رسالہ نے مجھے سنتوں سے آشکار کردیا ہے اور میرے ہر کام میں نبوی صلی اللہ علیہ وسلم طریقہ کار شامل ہونا شروع ہوگئے ہیں۔ ان اعمال کی برکت سے جو سالن دو وقت بمشکل چلتا تھا اب دو دن بھی چلتا ہے۔ اس کی وجہ کھانا سر ڈھانپ کر بسم اللہ پڑھ کر اور سورۂ کوثر اور سورۂ قریش اور علامہ لاہوتی پراسراری صاحب کی بتائی ہوئی آیت لَيْسَ لَهَا مِنْ دُوْنِ اللّٰهِ كَاشِفَةٌ ﴿النجم ۵۸﴾ کا اہتمام کرنا ہے' ہنڈیا میں چمچ چلاتے ہوئے میں مسلسل یہ آیت پڑھتی ہوں کھانا برکت والا اور ذائقہ دار بھی بنتا ہے۔

اس مضمون کی وجہ سے ہماری بہت بڑی مشکل اب حل ہورہی ہے۔ مسئلہ یہ تھا کہ ہماری کاروباری پریشانی بہت زیادہ تھی جو میرے شوہر کے پارٹنر کی طرف سے تھی' وہ پچاس فیصد کا شیئر بھی لیتا اور تنخواہ بھی لیتا جبکہ نامعلوم کیوں میرے شوہر کی اس کے آگے بولنے کی جرأت نہیں ہوتی۔ وہ ایک کٹھ پتلی کی طرح میرے میاں صاحب کو نچاتا' عیاش طبیعت کا مالک تھا' جیسے لڑکیوں کے ساتھ تعلقات وغیرہ۔ بیوی کو حمل کی حالت میں گھر سے ایک بارہ سال کی بچی سمیت نکال کر طلاق دیدی' دوسری خفیہ شادی کررکھی ہے۔ دونوں سسرال والوں سے دشمنی ہے جس سے کاروبار متاثر ہوتا۔ پہلی بیوی کاروبار کو ٹارگٹ کرکے جادو ٹونہ کرواتی تو ہمیں بھی شدید نقصان ہوتا۔ بہت پریشان تھے۔ اپنی درج بالا پریشانی کو دور کرنے کیلئے میں اور میرے میاں صاحب موتی مسجد گئے اور جا کر نوافل ادا کیے۔ علامہ صاحب کے بتائے ہوئے طریقہ کار کے مطابق اور بعد میں نماز ظہر ادا کرکے واپس آگئے۔ حضرت حکیم صاحب! میرے میاں صاحب کے ساتھ تو وہاں کوئی ایسا واقعہ رونما نہیں ہوا لیکن میرے ساتھ ضرور ہوا۔ میں جب نفل پڑھ کر آنکھیں بند کرکے عاجزی کے ساتھ فقیرانہ انداز میں دعا مانگ رہی تھی میں تشہد کی حالت میں بیٹھی ہوئی تھی۔ میرے دائیں جانب تقریباً تین فٹ قد کا کالے رنگ کا سایہ بالکل میرے ساتھ لگا جیسے میرے سر پر ہاتھ رکھنے کیلئے بڑھا ہو' میں اپنے دائیں جانب یہ سب محسوس کررہی تھی اس کے ساتھ ساتھ مجھے حدت یعنی گرمائش بھی بہت محسوس ہوئی جبکہ بائیں جانب روشنی بھی تھی اور ٹھنڈک بھی' میں ڈر گئی اور ہلکی سی چیخ کے ساتھ آنکھیں کھولیں تو کچھ بھی نہیں تھا۔ مجھے وہ حدت آج بھی محسوس ہوتی ہے۔ اس دن کے بعد مجھے ایسے لگا جیسے ہماری تمام پریشانیاں ختم ہورہی ہیں۔ ہمارے کاروباری حالات دن بدن بہتر ہورہے ہیں۔ ہمیں واقعی لگتا ہے کہ موتی مسجد کے شاہی بونے جنات ہماری مدد کررہے ہیں۔ اللہ سبحان وتعالیٰ یونہی آپ کو سلامت رکھے اور آپ ہماری رہنمائی کرتے رہیں۔ میں آپ کو اپنے مسائل سے نجات کیلئے اکثر خط لکھتی رہتی ہوں' مجھے آپ کی تحریر کا بے چینی سے انتظار رہتا ہے۔ دو یا تین ماہ کے بعد تحریر موصول ہوتی ہے' ہاتھ میں تحریر آتے ہی محسوس ہوتا ہے جیسے ساری مشکلات حل ہوگئی ہیں۔ آنکھوں سے تحریر لگاؤں تو ٹھنڈک کا احساس ہوتا ہے کہ یہ میرے شیخ کی تحریر ہے جنہوں نے مجھے سنتوں کی پیروی کرنا سکھائی اور اللہ کے قریب ہونے کا راستہ بتایا ہے۔ (ن۔س)

علامہ لاہوتی پراسراری کو میرا سلام!

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! آپ کا عبقری میں بہت ہی سالوں سے پڑھ رہا ہوں' عبقری پڑھ کر دل کو بہت سکون ملتا ہے۔ میری طرف سے علامہ لاہوتی پراسراری صاحب اور عبقری کے تمام افراد کو بہت بہت سلام ہو۔

عبقری رسالہ میں جنات کے پیدائشی دوست میں جو بھی عمل آتا ہے میں اس عمل سے خود بھی مستفید ہوتا ہوں اور دوسروں کو بتاتا ہوں جس سے مزید لوگ مستفید ہوتے ہیں۔ پیدائشی دوست سے میری بہت سی مشکلات حل ہوئی ہیں۔ اللہ تعالیٰ علامہ لاہوتی پراسراری صاحب کے ماں باپ' بہن بھائیوں اور ان کی اولاد' اہلیہ پر ہمیشہ نظر رحمت عطا فرمائے۔ آمین۔ **(محمد اظہر' جہانیاں)**

بریسٹ کینسر میں مبتلا مریضہ موتی مسجد میں ٹھیک

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! میں سوچتی ہوں اتنی گنہگار ناچیز آپ کے حضور کیسے حاضر ہوں' میرے شوہر پیشے کے لحاظ سے ایم بی بی ایس ڈاکٹر ہیں' اللہ تعالیٰ کے فضل سے دو بیٹے ہیں اور ایک بیٹی ہے۔ میں ایک سال سے بریسٹ کینسر کے مرض میں مبتلا تھی میرا کینسر کے ایک بڑے ہسپتال سے علاج ہوا' مجھے وہاں سے چھٹی ملی اور ابھی علاج جاری تھا۔ کچھ عرصہ بعد دوبارہ ڈاکٹر کے پاس گئی تو انہوں نے چیک اپ کے بعد مجھے دوسرے بریسٹ کے بارے بھی وہم میں ڈال دیا' پھر ڈھیر سارے ٹیسٹ ہوئے تو اس میں ہیپاٹائٹس بی، سی پازیٹو آگیا۔ میں تو مرنے والی ہوگئی۔ الحمدللہ! میں نماز تو پڑھتی ہی تھی تو ساتھ میری ایک دوست نے بتایا کہ موتی مسجد جا کر اللہ سے مانگو۔ میں نے ڈاکٹر صاحب (شوہر) سے پوچھا تو اللہ کا لاکھ لاکھ شکر ہے انہوں نے جانے سے انکار نہیں کیا بلکہ ڈرائیور کے ساتھ بھیج دیا' جیسے مجھے بتایا گیا تھا میں تین دن مسلسل گئی نوافل پڑھے اور خوب دعائیں کیں' بچپن سے جوانی تک بھی سختیاں برداشت کیں اور اب اس موذی بیماری نے آگھیرا۔ بہت پریشان تھی' وہاں جا کر بڑا سکون ہوا' پھر ایک دن میرا دل بے چین ہوا چلی گئی۔ مسجد جانے کے ڈیڑھ ماہ بعد میں پھر گئی وہاں ایک اللہ والی نے بتایا کہ ہر جمعرات کو تسبیح خانہ میں درس کے بعد دعا ہوتی ہے' تم اس دعا میں ضرور شامل ہونا' اتفاق سے دوسرے دن ہی جمعرات تھی' میں نے شوہر سے کہا کہ مجھے ایک جمعرات دعا میں بھی لے چلیں' ڈاکٹر صاحب شام کو کلینک کرتے ہیں مجھے خوشی ہوئی وہ مجھے تسبیح خانہ چھوڑ کر خود کلینک چلے گئے۔ میں بتا نہیں سکتی کہ دعا میں کتنا سکون ملا۔ اللہ آپ کی عمر دراز کرے' صحت وتندرستی دے' اپنے حفظ و امان میں رکھے۔ پھر ایک دن موتی مسجد خوب رو رو کر اللہ سے دعا مانگی' میں بتا نہیں سکتی کتنا سکون ملا۔ اس کے دوسرے دن دوسرے بریسٹ کا پھر ٹیسٹ تھا میں اللہ اللہ کرتی کینسر ہسپتال پہنچی' ساری رات سوئی نہیں' جب ٹیسٹ ہوا تو اللہ کے حکم سے رپورٹ بالکل نارمل ہوگئی۔ (ج،ر)

حضرت حکیم صاحب دامت برکاتہم کی زیر تحقیق کتب

1۔ **''حضرت مجذوبی کے تربیتی واقعات''** اس موضوع پر واقعات ماہنامہ عبقری' حضرت حکیم صاحب دامت برکاتہم کے درس اور انٹرنیٹ سے چن چن کر روانہ فرمائیں تاکہ اس عظیم تحقیق میں آپ کا حصہ مل سکے۔ 2۔ حضرت حکیم صاحب دامت برکاتہم **''مولانا سعید احمد خان صاحب''** (مدفون جنت البقیع) کی حالات زندگی پر کتاب تحریر فرما رہے ہیں۔ اگر آپ کے پاس ان کے مشاہدات' واقعات' سنی ہوئی باتیں' ان کے ملفوظات ہیں تو فوری طور پر دفتر ماہنامہ عبقری روانہ فرمائیں تاکہ آپ بھی حضرت حکیم صاحب دامت برکاتہم کی اس عظیم کاوش میں اپنا حصہ ملا سکیں۔

3۔ حضرت حکیم صاحب طاہروالی (تر نڈہ محمد پناہ) کے مشہور بزرگ مولانا حبیب اللہ گمانوی رحمۃ اللہ علیہ کی زندگی پر کتاب لکھ رہے ہیں۔ قارئین اپنی یادداشتیں اور واقعات ضرور لکھیں۔

وسیع رزق پانے کیلئے عمل: اگر کوئی تنگی رزق سے پریشان ہے تو اسے چاہیے کہ روزانہ نماز فجر کے بعد گیارہ مرتبہ سورۂ العنکبوت کی آیت نمبر 62 پڑھ کر دعا کرے۔

قارئین لائے انوکھے اور آزمودہ ٹوٹکے

قارئین نے بار بار آزمایا پھر عبقری کیلئے سینے کے راز کھولے اور لاکھوں لوگوں کی خدمت کیلئے آپ کی نذر میں

قارئین عبقری کیلئے ٹوٹکے آزمانے کے بعد

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! میں اکثر ہفتہ میں ایک بار بڑی بہن کی خیر و عافیت دریافت کرنے چلا جاتا ہوں' ایک دفعہ ان کے ہاتھ میں عبقری رسالہ دیکھا تو انہوں نے بتایا کہ بہت ہی مفید' معلومات' روحانی اور یونانی نسخوں پر مشتمل رسالہ ہے۔ مجھے بھی شوق ہوا' گھر لے آیا۔ یقین جانیے! مطالعہ کرتے ہوئے اس کی علمی اور جڑی بوٹیوں کی افادیت کا بے حد اندازہ ہوا۔ اس کے بعد سے آج تقریباً سال بھر ہونے کو ہے مستقل اس رسالہ کا مطالعہ کرتا ہوں اور مستفید ہورہا ہوں۔ میں نے جو دوائیں اور دعائیں اپنے لیے استعمال کی ہیں اور بفضل خدا بہت فیض حاصل کیا ہے۔ قارئین کی خدمت میں پیش کرنا چاہتا ہوں۔

پراسٹیٹ گلینڈ کا آزمودہ گھریلو ٹوٹکہ: مجھے پیشاب میں جلن کی شکایت رہتی تھی ہومیو ڈاکٹر سے علاج کرایا' کہنے لگے پراسٹیٹ گلینڈ بڑھ رہے ہیں۔ دوا کھاتا رہا مگر آرام نہ ہوسکا۔ اتفاق سے ایک ڈائجسٹ میں پڑھا کہ ایک عدد پیاز میڈیم سائز کا لیں اور ڈیڑھ گلاس پانی میں ابالیں جب آدھا گلاس پانی رہ جائے تو نیم گرم صبح و شام استعمال کریں اور اسی طرح ایک میڈیم سائز پیاز دوپہر میں سلاد کے طور پر استعمال کریں۔ آج تقریباً دس سال ہوگئے ہیں مجھے دوبارہ یہ تکلیف نہیں ہوئی۔ نہ ہی پراسٹیٹ گلینڈ کے آپریشن کی ضرورت پیش آئی۔

بادی بواسیر کی شکایت دور: مجھے بادی بواسیر کی شکایت ہوجاتی ہے اس کیلئے ہومیوپیتھک، ایلوپیتھک دوائیں کھائیں مگر افاقہ نہیں ہوا۔ اتفاق سے ایک رسالہ میں پڑھا کہ ''کرنجوہ'' سلیٹی رنگ اور ریٹھے کی شکل کا ہوتا ہے اس کی گری صبح شام پانی کے ساتھ استعمال کی۔ اللہ تعالیٰ کے فضل سے ایک ہفتہ میں آرام آگیا۔

پریشانی فوری ختم: میرے بچوں کا معمول ہے کہ شام چھ بجے تک گھر آجاتے ہیں مگر ایک دفعہ انہیں دیر ہوگئی' طبیعت بہت پریشان ہوئی تو ایک تسبیح ان آیتوں کی ملا کر پڑھنا شروع کی' اول و آخر 33 بار درود شریف پڑھا یَاحَیُّ یَاقَیُّومُ بِرَحْمَتِكَ اَسْتَغِیْثُ لَا اِلٰهَ اِلَّا اَنْتَ سُبْحَانَكَ اِنِّیْ کُنْتُ مِنَ الظّٰلِمِیْنَ۔ وظیفے کے پڑھنے یعنی ختم ہونے کے بعد ہی دروازے پر دستک کی آواز سنی اور میں نے اللہ تعالیٰ کا شکر ادا کیا۔ قارئین کیلئے بھی تحریر کردیا ہے تاکہ فائدہ اٹھائیں اس کے علاوہ کسی بھی جائز حاجت کیلئے درج بالا وظیفہ کرسکتے ہیں۔ اللہ تعالیٰ کے فضل و کرم سے مشکل ختم ہوجاتی ہے۔ **(کلیم احمد انصاری' کراچی)**

قے اور موشن ختم کرنے کا آزمودہ ٹوٹکہ

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! عبقری میں موجود تمام نسخہ جات اور وظائف بہت زبردست اور تیر بہدف ہوتے ہیں۔ عبقری میں ایک نسخہ زرشک شیریں چھپا تھا۔ جو روزانہ نیم گرم دودھ کے ساتھ آدھا چمچ کھانی تھی۔ بہت لاجواب اور آزمودہ ہے۔ اس کے کھانے سے واقعی عقابی طاقت آجاتی ہے۔ جسم طاقتور اور نظر مضبوط ہورہی ہے۔ ایک اور رسالے میں قے اور موشن کی صورت میں لونگ والا نسخہ تھا کہ بڑوں کیلئے دو لونگ اور بچوں کیلئے ایک لونگ ٹوپی اتار کر ایک چمچ پانی میں ابال کر جب پانی کا رنگ تبدیل ہوجائے تو مریض کو پلادیں اگر فرق نہ پڑے تو دو گھنٹے بعد دوبارہ پئیں واقعی یہ تیر بہدف نسخہ ہے۔ بس عبقری نے تو ہمیں حکیم بنادیا ہے۔ **(حمیدہ خان)**

چینی سائنسدان کا نسخہ اور معدہ کے مسائل

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! میں عبقری کی گزشتہ فائلیں پڑھ رہا تھا تو اس میں آپ کا ایک طبی آرٹیکل پڑھ رہا تھا جس میں درج ذیل نسخہ تھا۔ میں نے یہ نسخہ بنایا اور کھایا تو لاجواب پایا۔ میرے بہت سے معدہ کے امراض صرف اس نسخہ سے ٹھیک ہوئے۔ **ھوالشافی:** ادرک خشک، ریوند چینی، میٹھا سوڈا ہموزن لے کر ریوند اور ادرک نہایت باریک پیس کر سوڈا بعد میں ملا کر کسی ڈبہ میں محفوظ رکھیں۔ نمی اور ہوا سے بچائیں تاکہ سوڈا نمی نہ چھوڑ دے۔ آدھا چمچ ہر کھانے کے بعد استعمال کریں۔ یہ دوائی معدے کے درد' جوڑوں کے درد اور دل کے بند والو کیلئے اکسیر ہے۔ خود میں نے اپنے گھر میں کئی مرتبہ معدے کے امراض کیلئے آزمائی اور لاجواب فائدہ پایا۔ **(طارق محمود' رحیم یار خان)**

کمزوری نظر کا لاجواب روحانی علاج

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! رسالہ عبقری میں ایک مرتبہ نظر کی کمزوری کیلئے ایک روحانی عمل چھپا کہ کمزوری نظر کیلئے سورۂ توبہ کی آخری دو آیات سارا دن باوضو کھلا پڑھتی ہیں۔ اس وظیفے کے پڑھنے سے میری بہت سی مشکلات بھی حل ہورہی ہیں اور میری آنکھوں میں ٹھنڈک اور دماغ سے بوجھ کم ہوگیا ہے۔ تمام بدن تروتازہ محسوس ہوتا ہے۔ **(سعدیہ کلثوم)**

ٹینشن' ڈپریشن اور ذہنی سکون کیلئے ایک نیا مراقبہ

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! اللہ کریم آپ پر اپنی شفقت اور محبت کے سائے کو ہمیشہ سلامت رکھے۔ آمین!

محترم حضرت حکیم صاحب! میں آج قارئین کو ایک نیا مراقبہ بتارہی ہوں یہ یقیناً آپ کو بھی بہت اچھا لگے گا' ذہنی سکون کیلئے پوری اذان دیں اور اذان کے ایک ایک لفظ پر تصور کریں اللہ کریم ہر ہر پریشانی اور ہر دکھ ختم کررہا ہے اور مجھے اپنی رحمت کے سائے میں لے رہا ہے۔ میں کافی دن سے کررہی ہوں ذہنی طور پر بہت زیادہ مطمئن اور پرسکون ہوں' میرے کافی مسائل حل ہورہے ہیں۔ کچھ ہمارے آزمودہ وظائف ہیں جو قارئین کیلئے درج ذیل ہیں:۔

حاسدین کے شر سے بچاؤ کا وظیفہ: جس حاسد نے فتنہ برپا کیا ہو اور ساتھ میں دکھ دینے کی انتہا کی ہو تو یہ تصور کریں کہ حضور نبی کریم ﷺ کی جالیوں کے ساتھ میں نے مضبوطی کے ساتھ اس کے ناپاک ارادہ کو باندھ دیا ہے۔ اب دیکھتی ہوں کیسے یہ ناحق کوئی کام کرے گا۔ یہ وظیفہ آپ کسی کو نیک کرنے کیلئے بھی کرسکتے ہیں جیسے اگر کسی کو جھوٹ' غیبت' چوری وغیرہ کی عادت ہو تو یہ تصور کریں کے اس کی غلط عادات کو میں باندھ دیا ہے پھر کمال دیکھیں!

آسمان سے ہم کلام ہونا: صبح فجر کی نماز پڑھنے کے بعد دس منٹ جو آپ نے بتایا تھا کہ آسمان کی طرف دیکھو اعتماد آتا ہے۔ اس طرح آنکھوں کے ذریعے انہی دس منٹ میں کوئی آیت' صورت یا کوئی ورد لکھتے جائیں۔ دماغ بہت تیز ہوتا ہے۔ مگر لکھنا آنکھوں کی مدد سے ہے اور اللہ کو امانت رکھوائیں کہ میں فوت ہوں تو مجھے لوٹا دینا۔ بہت سکون و راحت دینے والا عمل ہے۔ **(فلک امجد' بورے والا)**

جن کو ڈاکٹر نے جواب دیدیا صرف ان کیلئے مرہم

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! میرے

پاس ایک ایسی مرہم کا نسخہ ہے جو کہ سوفیصد تیر بہدف ہے۔ اس مرہم سے بہت ایسے مریض ٹھیک ہوئے جن کو ڈاکٹر نے جواب دے دیا تھا۔ ایک دفعہ میں اپنی دکان میں بیٹھا تسبیح کررہا تھا کہ میرا ہمسایہ آیا اور کہنے لگا میری بھتیجی جل گئی ہے اس کو تو دیکھو جب میں اس کے گھر گیا تو اندر اس کی والدہ بچی کے پاس بیٹھی ہوئی تھی' رضائی بچی کے اوپر دی ہوئی تھی' جب میں نے رضائی ہٹائی تو مجھ سے دیکھا نہ گیا' بچی کی حالت بہت خراب تھی' اس کے جسم سے بہت بدبو آرہی تھی۔ میں نے اس کی والدہ کو حوصلہ دیا' انہوں نے بتایا کہ ڈاکٹروں نے ہمیں جواب دے دیا ہے۔ فوری باہر آیا آکر میں نے کہا بھائی میں آپ کو ایک مرہم تیار کرکے دوں گا اللہ پاک شفاء دے گا۔ پریشان ہونے کی ضرورت نہیں' میں نے فوراً مرہم بنائی۔ انہوں نے صبح وشام وہ مرہم لگائی' صرف آٹھ دن کے اندر وہ بچی صحت یاب ہوگئی۔ ہمسائے نے بتایا کہ ہمیں ڈاکٹروں نے کہا تھا کہ اس بچی کی ٹانگ کاٹنی پڑے گی اگر کٹوانی ہے تو ٹھیک نہیں تو گھر لے جائیں۔ دس دن کے بعد بچی کی والدہ میرے پاس دکان پر آئی اور مٹھائی لاکر مجھے دی جو میں نے اسی وقت بچوں میں تقسیم کردی۔ بچی کی والدہ نے مجھ سے پیسوں کا پوچھا میں نے کہا مجھے پیسوں کی نہیں اس بچی کی اور آپ کی دعاؤں کی ضرورت ہے۔ اب یہی نسخہ قارئین عبقری کی نذر کررہا ہوں استعمال کریں اور دعائیں دیں۔ **ھوالشافی:** بسکت (کتھ) دس گرام' کمیلا دس گرام' رال سفید دس گرام' سندور دس گرام' مردہ سنگ دس گرام' موم سفید تیس گرام' گھی دیسی گائے 250 گرام۔ **ترکیب بناوٹ:** گھی کو کڑاہی میں ڈال کر آگ پر رکھیں' گرم ہونے پر سفید موم ڈال دیں' جب موم پگھل جائے تو دوسری چیزیں علیحدہ علیحدہ کرکے ڈالتے رہیں اور ہلاتے رہیں جب حل ہوجائیں' کڑاہی اتار لیں' مرہم تیار ہے۔ انشاء اللہ فائدہ ہوگا۔ یہ نسخہ سے ایک دو نہیں سینکڑوں مریض اللہ پاک نے ٹھیک کیے ہیں۔ **(م۔ا)**

درود خضری کی برکات

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! میں ایک سرکاری ادارہ میں ملازمت کرتا ہوں۔ ہمارے دفتر میں ایک بزرگ آدمی کام کرتے ہیں جو ہروقت درود خضری پڑھتے رہتے ہیں' انہوں نے مجھے بھی اپنی ہر پریشانی و مشکل سے نجات کیلئے یہی درود پڑھنے کو کہا۔ میں نے یہی درود پڑھنا شروع کردیا۔ ایک دن میں، میں تقریباً گیارہ سو مرتبہ پڑھ لیتا تھا۔ آہستہ آہستہ اتنا شوق بڑھا کہ میرے منہ سے سارا دن یہی درود نکلتا رہتا اور بہت ہی کم بولتا۔ میں جو بھی خواہش کرتا وہ پوری ہوتی اور جو دعا مانگتا منظور ہوتی۔ میں کافی عرصہ سے مختلف امراض کا شکار تھا' لاکھ علاج کرواتا مگر صحت نہ ملتی۔ مگر جب سے درود خضری پڑھنا شروع کیا اللہ نے شفاء دے دی۔ صَلَّى اللّٰهُ عَلٰى حَبِيْبِهٖ مُحَمَّدٍ وَّاٰلِهٖ وَبَارِكْ وَسَلِّمْ **(م۔ق۔ج)**

لیکوریا کیلئے میرے ماموں کا تجویز کردہ نسخہ خاص

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! درج ذیل نسخہ لاتعداد مرتبہ آزمایا ہوا ہے اور نہایت شاندار ہے جن خواتین کو یہ مرض ہو کہ ماہواری ٹھیک نہ ہورہی ہو قطرہ قطرہ ناپاکی کا اثر رہتا ہو' دوائیاں استعمال کرنے کے باوجود جسم پاک نہ ہورہا ہو ان کیلئے میرے ماموں حکیم صوفی احمد حسن صاحب یہ نسخہ دیا کرتے تھے۔ پھٹکڑی توے پر بریاں کرلیں جب خوب پھول جائے تو پیس کر کسی بوتل میں محفوظ کرلیں۔ صبح، دوپہر، شام سفید چنے کے برابر پانی سے کھالیں۔ انشاء اللہ چھ خوراکوں سے آرام آجائے گا۔ یہ نسخہ اتنا شاندار ہے کہ میں بتا نہیں سکتی۔ جس کو بھی استعمال کرایا۔ فائدہ ہی رہا۔ کوئی سائیڈ ایفکٹ نہیں۔ **(م۔ض)**

میرے ٹوٹکے قارئین عبقری کیلئے

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! میں نے عبقری سے دیکھ کر بہت سے روحانی وجسمانی ٹوٹکے آزمائے ہیں جو میں قارئین عبقری کی نذر کررہی ہوں:۔ مرہم سکون کو اس جگہ لگایا جہاں سمجھ نہیں آرہی تھی' دانہ تھا یا کیا بلا تھی؟ جب مرہم سکون اس پر لگائی تو سارا دن وہ جگہ جلتی رہی' دو تین دن لگانے سے الحمدللہ ٹھیک ہوگئی۔ **پرانی ٹوٹی ہڈی یا جوڑ کا درد سب ٹھیک:** عبقری میں ایک نسخہ چھپا تھا پرانی ٹوٹی ہوئی ہڈیوں' درد' ورم وغیرہ کیلئے جس میں تین چیزیں تھیں انڈہ کی سفیدی' ادرک (دیسی) کارن' فنائل کی گولیاں۔ تو وہ بنا کے لگایا دو تین جگہ پہ درد تھا اک جگہ گری ہڈی پر چوٹ لگی' بہت درد اور سوجن تھی' دو، تین دنوں میں آرام آگیا' پتہ بھی نہیں چلا اور دوا لگانا چھوڑ دی۔ میری خالہ کی ٹانگوں میں درد رہتا تھا انہوں نے بھی یہی دوا لگائی تو آرام آگیا' میری بہن کی کمر میں گوشت سا بن گیا تھا اس کی مالش کی' آرام آگیا۔ اب مجھے وہ شمارہ یاد نہیں کون سا تھا۔ **برکت درود شریف:** میں تندور پر کھڑی روٹیاں لگارہی تھی' نامعلوم کیا چیز تھی؟ گردن پر کاٹ گئی' پھر میں نے پہلے تو بہت خارش کی پھر صَلَّى اللّٰهُ عَلٰى مُحَمَّدٍ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم پڑھ کر انگلی پر تھوک لگا کر گردن پر لگایا تو فوری آرام آگیا۔ سبحان اللہ! **ہر مسئلہ فوری حل:** اسی طرح اگر کوئی کام یا مسئلہ ہونا رُکا ہو یا گھر کا کام جلدی ختم کرنا ہو اور وقت بہت ہی کم ہو تو میں سات دفعہ آیۃ الکرسی پڑھ کر حضرت بی بی فاطمۃ الزہرا رضی اللہ تعالیٰ عنہا کی روح اقدس کو ہدیہ کردیتی ہوں' میرے تمام کام بہت جلدی ہوجاتے ہیں' اللہ وقت میں بہت برکت ڈال دیتے ہیں۔ کبھی کبھی تو ایسا محسوس ہوتا ہے کہ جیسے کام غائبانہ طریقے سے خودبخود ہوگیا۔ اسی طرح سالن ذائقہ دار بنانا ہو کہ کوئی مجھے باتیں نہ کرے اور ہر کوئی میرے کھانے کی تعریف کرے تو سات یا پندرہ دفعہ آیۃ الکرسی پڑھ کر حضرت بی بی فاطمۃ الزہرا رضی اللہ تعالیٰ عنہا کی روح اقدس کو ہدیہ کرتی ہوں بعد میں سالن چاول جو ہو "اے ون" بن جاتے ہیں ورنہ تو مجھ سے ٹھیک سے روٹی بھی نہیں بنتی اور کوئی بھی میرے ہاتھ کا پکا ہوا دل سے نہیں کھاتا تھا کہ تم کھانا ٹھیک نہیں بناتی۔ مگر جب یہ عمل ہاتھ لگا ہر کوئی انگلیاں چاٹتا رہ جاتا ہے۔ اسی طرح جب کبھی لکڑیاں صحیح طرح نہیں جلتی تو میں آیۃ الکرسی پڑھ کر پھونک مارتی ہوں آگ تیز ہوجاتی ہے اور میں آسانی سے کھانا بنالیتی ہوں۔ **(م۔ا۔م' کھوئیاں تلہ گنگ)**

آئیں ٹوٹکے آزمائیں اور پھیلائیں!

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! مجھے ماہنامہ عبقری کا سلسلہ "آئیں ٹوٹکے آزمائیں اور پھیلائیں!" بہت پسند ہے۔ اس میں بہت غضب کے عجب ٹوٹکے ہوتے ہیں۔ میرے پاس بھی ایک ہمارا آزمودہ ٹوٹکہ ہے جو میں قارئین عبقری کی نذر کررہی ہوں۔ **ھوالشافی:** پاؤں کے نیچے اکثر لوگوں کو گلٹی ہوجاتی ہے جسے عام زبان میں 'مکوڑیاں' کہتے ہیں۔ میرے پاؤں میں تین چار ہوگئیں تھیں۔ ایک تو اتنی بڑی ہوگئی تھی کہ چلنا بھی دوبھر ہوگیا۔ ہمارے محلے میں ایک خاتون ہیں انہوں نے مجھے ایک ٹوٹکہ بتایا کہ سگریٹ سلگا کر تین دفعہ تسمیہ پڑھ کر تینوں دفعہ سگریٹ اپنی گلٹیوں پر لگاؤ۔ تین اتوار مسلسل یہ عمل کرنے سے گلٹی ختم ہوجاتی ہے۔ میں نے یہ عمل کیا تو میرے پاؤں کی گلٹیاں بالکل ختم ہوگئیں۔ الحمدللہ! **(ہمشیرہ احمد شاہ)**

عبقری میں ٹوٹکہ سیکشن کا قیام

اس کار خیر میں آپ بھی حصہ دار بنیں

قارئین! بعض اوقات لاعلاج بیماریوں میں جہاں بڑی بڑی ادویات اور مہنگے علاج ناکام ہوجاتے ہیں وہاں چھوٹے چھوٹے ٹوٹکے کارگر ثابت ہوتے ہیں جنہیں بظاہر کوئی اہمیت نہیں دی جاتی تو قارئین آپ مستقل بڑے بوڑھوں کے وہ ٹوٹکے سنے یا آزمائے ہوئے ضرور لکھیں' عبقری نے ایک ٹوٹکہ سیکشن قائم کیا ہے تاکہ مخلوق کی خدمت ہو اور انسانیت کو نفع پہنچے۔ **نوٹ: ایسے ٹوٹکے بھیجیں جن میں ادویات کا استعمال نہ ہو اور کہیں ایسا نہ ہو کہ ٹوٹکوں والی کتاب اٹھا کر سارے ٹوٹکے لکھ کر بھیجیں ایسا ہرگز نہ کریں۔** صرف آزمودہ اور سینے کا راز ٹوٹکے ہی بھیجیں۔

بچہ دانت آسانی سے نکالے گا: بچوں کے مسوڑھوں پر نیم گرم گھی ملنے سے ان کے دانت جلد اور با آسانی نکلتے ہیں گھی کو تھوڑا گرم کرلینا چاہیے۔

اذان وحدت المسلمین کی ایک کڑی

پروفیسر محمد راشد مجددی (پی ایچ ڈی اسکالر)

اے عورتو! جب تم (بلال) حبشی کی اذان واقامت سنو تو جس طرح وہ کہتا ہے تم بھی کہا کرو اس لئے کہ اللہ تعالیٰ ہر کلمہ کے بدلے ایک لاکھ نیکی عطا کرے گا۔ حضرت عمر فاروق رضی اللہ عنہ عرض کرتے ہیں یارسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم یہ صرف عورتوں کیلئے ہے یا مردوں کیلئے بھی؟

ایک بین الاقوامی رپورٹ کے مطابق دنیا میں ہر وقت گونجنے والی آواز اذان ہے جو کہ ہر وقت کانوں میں رس گھولتی ہے۔ ہر روز انڈونیشیا کے مشرقی جزائر سے فجر کی اذان کا آغاز ہوتا ہے۔ (یہ مسلم ممالک کا بائیو ڈیٹا ہے ورنہ پہلا علاقہ جہاں سورج کی کرن اترتی ہے اور عیسائی اپنا کرسمس جس شہر سے شروع کرتے ہیں وہ نیوزی لینڈ کا علاقہ جیس بوسے لیکن فجی جزیرے کے باشندے اس کو اپنا حق گردانتے ہیں۔ ورلڈ میپ کے مطابق مشرق میں سب سے پہلا شہر Chathan island کا علاقہ Grave of last moriori ہے۔ اس کیلئے رابرٹ ریپلے Le roy robert riply (1949ء) کی مشہور کتاب Believe it or not کے والیم 2 کا مطالعہ بھی سود مند رہے گا) اور بیک وقت ہزاروں موذن اللہ تعالیٰ کی توحید اور نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی رسالت کا اعلان کرتے ہیں۔ مشرقی جزائر سے یہ سلسلہ مغربی جزائر تک چلا جاتا ہے۔ ڈیڑھ گھنٹے بعد سماٹرا کے دیہات اور قصبات میں اذانیں شروع ہوجاتی ہیں اور یہ سلسلہ ایک گھنٹے بعد ڈھاکہ پہنچتا ہے۔ بنگلہ دیش میں ابھی اذانوں کا سلسلہ ختم نہیں ہوتا کہ کلکتہ اور سری لنکا میں اذان شروع ہوجاتی ہیں دوسری جانب کلکتہ سے یہ سلسلہ ممبئی تک پہنچتا ہے اور پورے بھارت کی فضا توحید و رسالت کے اعلان سے گونج اٹھتی ہے۔ بین الاقوامی رپورٹ کے مطابق سری نگر اور سیالکوٹ میں فجر کی اذان کا وقت ایک ہی ہے جبکہ سیالکوٹ سے کراچی، کوئٹہ اور گوادر تک چالیس منٹ کا فرق ہے۔ اس عرصہ میں پاکستان میں فجر کی اذانیں گونجتی ہیں۔ پاکستان میں یہ سلسلہ شروع ہونے سے پہلے افغانستان اور مسقط میں اذانیں شروع ہوجاتی ہیں۔ مسقط کے بعد بغداد تک ایک گھنٹے کا فرق ہے۔ اس عرصہ میں سعودی عرب، یمن، متحدہ عرب امارات، کویت اور عراق تک اذانیں گونجتی رہتی ہیں۔ بغداد سے اسکندریہ تک پھر ایک گھنٹے کا فرق ہے۔ اس وقت شام، مصر، سوڈان، صومالیہ میں اذانیں ہوتی ہیں۔ اسکندریہ اور استنبول ایک ہی طول و عرض پر واقع ہیں وہاں سے مشرقی ترکی تک ڈیڑھ گھنٹے کا فرق ہے۔ اس عرصہ میں لیبیا اور تیونس میں اذانیں شروع ہونے لگتی ہیں۔ یوں فجر کی اذان جس کا آغاز انڈونیشیا کے مشرقی جزائر سے شروع ہوا تھا، ساڑھے نو گھنٹوں کا طویل سفر طے کرکے بحر اوقیانوس تک پہنچنے سے پہلے مشرقی انڈونیشیا میں ظہر کی اذان کا وقت ہوجاتا ہے۔ اس طرح کرہ ارض پر ایک بھی لمحہ ایسا نہیں گزرتا جب سینکڑوں، ہزاروں لاکھوں موذن اللہ تعالیٰ کی وحدانیت اور نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی رسالت کا اعلان نہ کررہے ہوں اور یہ سلسلہ قیامت تک جاری وساری رہے گا۔ **اذان کی ابتداء:** جب حضرت آدم علیہ السلام کا ہندوستان میں نزول ہوا تو اس سرزمین کے ماحول سے انہیں وحشت ہوئی۔ چنانچہ حضرت جبرائیل علیہ السلام نازل ہوئے اور انہوں نے اس وحشت کو دور کرنے کیلئے اس زمین پر سب سے پہلی اذان دی تھی۔ **(حلیۃ الاولیاء صفحہ ۳۰۹ جلد ۲، ابونعیم اصفہانی (۴۳۰ھ) موقع الوراق)** ثابت ہوا کہ وحشت دور کرنے کیلئے سب سے اچھی چیز اذان ہے۔ ☆ ایک دفعہ حضرت علی المرتضیٰ رضی اللہ عنہ گھر میں غمگین بیٹھے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم تشریف لے آئے اور فرمایا: علی کے کان میں اذان دو، اس سے غم دور ہوجاتا ہے۔ **(مواہب الجلیل فی شرح مختصر خلیل صفحہ ۴۴۳ جلد ۱ شمس الدین ابو عبداللہ مالکی (۹۵۴ھ، مطبع دار الفکر (۱۴۱۲)**

حدیث حسن تسلسل بالاذان: حضرت ملا علی قاری (۱۰۱۴ھ) مرقاۃ المفاتیح میں لکھتے ہیں کہ حضرت علی کرم اللہ وجہہ کی غم کی کیفیت میں اذان والی حدیث کے ہر راوی نے اپنے دور میں تجربہ کیا اور اسے نافع پایا حتیٰ کہ امام دیلمی نے روایت کی ہے رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا اگر کسی انسان یا چوپائے کی بدخلقی ملاحظہ کرو تو اس کے کان میں اذان دیا کرو۔ (مرقاۃ المفاتیح صفحہ ۸۶ جلد ۳ باب الاذان، ملا علی قاری، مکتبہ المشکاۃ الاسلامیہ) امام ابن جزری شافعی (۸۳۳ھ) اسی روایت کے متعلق فرماتے ہیں۔ حضرت امام حسین رضی اللہ عنہ نے اس کا تجربہ کیا تو انہوں نے اسے فائدہ بخش پایا۔ ☆ حضرت علی بن حسین رضی اللہ عنہ نے اس کا تجربہ کیا تو انہوں نے بھی اسے فائدہ بخش پایا۔ ☆ حضرات حفص بن غیاث، عمر بن حفص، حسن بن ہارون، فضیل، عبداللہ بن موسیٰ ابو عبدالرحمن اسلمی اور ابوبکر رضوان اللہ علیہم اجمعین نے بھی ایسے ہی فائدہ مند پایا۔

☆ عبدالرحمن جزری فرماتے ہیں کہ ابن ناصر کے بقول اور میرے شیخ امام محدث جمال الدین کے بقول جس نے بھی اس کا تجربہ کیا اسے فائدہ مند ہی پایا۔ میں نے کسی راوی کا نہیں سنا کہ اس نے کرب وشدت میں اسے آزمایا ہو اور اسے فائدہ نہ ہوا ہو۔ (مناقب الاسد الغالب، صفحہ ۳۶ جلد ۱، شمس الدین ابن الجزری (۸۳۳ھ) مکتبۃ القرآن مصر) ہمیں بھی چاہیے کہ کسی بھی غم، دکھ، تکلیف میں کسی پیارے کے وصال کے بعد انکی قبر پر یا کسی اچانک حادثے کی پریشانی میں اذان دینی چاہیے۔ **اذان کا جواب:** جب بھی اذان ہو اس کو قبول کرتے ہوئے جواب دینا چاہیے اور یہ سنت ہے۔ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے عورتوں کو خطاب کرتے ہوئے فرمایا: اے عورتو! جب تم (بلال) حبشی کی اذان واقامت سنو تو جس طرح وہ کہتا ہے تم بھی کہا کرو اس لئے کہ اللہ تعالیٰ ہر کلمہ کے بدلے ایک لاکھ نیکی عطا کرے گا۔ حضرت عمر فاروق رضی اللہ عنہ عرض کرتے ہیں یارسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم یہ صرف عورتوں کیلئے ہے یا مردوں کیلئے بھی؟ تو فرمایا: اے عمر! مردوں کیلئے دوگنا ثواب ہے۔

ہر اذان میں 15 کلمے ہیں اور نماز فجر میں 17 کلمے۔ اس طرح 15x100000=15 لاکھ x4=60 لاکھ + نماز فجر 17 لاکھ ٹوٹل 77 لاکھ نیکیاں صرف اذان کا جواب دینے پر جو اللہ ہر انسان کو روزانہ 77 لاکھ نیکیاں عطا فرمادے وہ کیسا کریم ہوگا؟ (المعجم الکبیر ص:۱۶، ج ۲۴ رقم الحدیث ۲۰۰۴۹، سلیمان بن احمد، الطبرانی مکتبۃ العلوم والحکم، الموصل ۱۴۰۴) قیامت کے ہولناک دن جب آخری اذان دی جائے گی تو جنتی اونٹنی پر سوار حضرت بلال حبشی رضی اللہ عنہ اذان دیں گے اور جب وہ اشھدان محمدا رسول اللہ کے لفظوں پر پہنچیں گے تو اولین و آخرین کے مومنین اس کو سنیں گے۔ اس وقت جو جوان کلموں کا جواب دیگر حضور صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی رسالت کو تسلیم کرے گا وہ مقبول ہوگا اور جو انکار کردے گا وہ مردود ہوجائے گا۔ ☆ اور ابن زنجویہ کی فضائل میں ہے:

(سبل الھدی صفحہ ۴۵۳ جلد ۱۲، محمد یوسف صالحی (۹۴۲ھ) مجلس الاعلیٰ للشئون الاسلامیہ مصر۔ مکتبۃ المسجد النبوی)

جب انبیاء کرام اور ان کی امتیں اشھدان لا الہ الا اللہ اور اشھدان محمدا رسول اللہ سنیں گے تو ان کلمات کا جواب دیتے ہوئے کہیں گے اشھد...... ہم ایمان لاتے ہیں۔ گویا اذان ہی وہ نغمہ لاہوتی ہے جو کائنات کی ابداء سے انتہا تک گونجتا رہے گا۔ ہمیں بھی اس نغمے سے تمسک کرکے اپنی نجات یقینی بنانی چاہیے۔ (بشکریہ ادعوت تنظیم الاسلام)

گمشدہ چیز‘ فرد اور سرمایہ پانے کا وظیفہ

مجھے بہت سی پریشانیاں تھیں میں نے ان سے نجات پانے کیلئے آپ کا روحانی وظیفہ یَارَبِّ مُوسٰی یَارَبِّ کَلِیْمِ بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ پڑھنا شروع کردیا‘ ابھی میں نے کچھ عرصہ ہی مستقل مزاجی سے پڑھا کہ میری پریشانیاں ایسے دور ہوگئیں کہ پہلے کبھی تھی ہی نہیں۔

قارئین! ہر ماہ حضرت حکیم صاحب دامت برکاتہم کا روحانی رازوں سے لبریز منفرد انداز پڑھیے۔ (ایڈیٹر کے قلم سے)

سونے کی گمشدہ بالیاں مل گئیں

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! اللہ تعالیٰ آپ کو آپ کے اہل خانہ اور ہر عبقری پڑھنے والے کو خوش رکھے۔ گزشتہ بقرعید پر میری سونے کی بالیاں گم ہوگئیں تھیں۔ میں بہت پریشان رہی‘ ہر جگہ ڈھونڈیں مگر نہ ملیں‘ بڑی جگہوں سے پتہ کروایا کوئی کہتا مہمان لے گیا ہے‘ کوئی کہتا گھر کے کسی فرد نے اٹھا کر بیچ دی ہیں۔ الغرض جتنے لوگوں کے پاس گئے ہر کسی نے نئی کہانی سنائی۔ بہت سے وظائف کیے مگر بالیاں تھیں کہ ملنے کا نام ہی نہیں لے رہی تھیں۔ تین ماہ مسلسل جدوجہد کے باوجود نہ ملیں تو تھک ہار کر بیٹھ گئی کہ اب بالیاں نہیں ملنے والیں۔ اسی دوران عبقری رسالہ ملا‘ اس میں موجود آپ کا روحانی آرٹیکل پڑھا تو امید کی کرن پھر جاگی۔ میں نے تمام وظائف چھوڑے اور صرف یہی وظیفہ یَارَبِّ مُوسٰی یَارَبِّ کَلِیْمِ بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ پڑھنا شروع کردیا۔ یہ وظیفہ ہر چیز پر پڑھ کر دم کرتی اور سارا دن پڑھتی رہی۔ ابھی کل ہی کی بات ہے کہ وہ بالیاں میرے ہی کمرے سے مجھے مل گئیں۔ میری تو حیرت اور خوشی سے چیخ ہی نکل گئی‘ سب گھر والے بہت خوش ہیں۔ اللہ کا لاکھ لاکھ شکر ہے کہ اس نے مجھے میری سونے کی بالیاں واپس دلا دیں۔ اللہ تعالیٰ آپ لوگوں کو خوش و آباد رکھے۔ آمین۔

گمشدہ سونے کے ٹاپس مل گئے

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! میں رسالہ عبقری بہت شوق سے پڑھتی ہوں۔ اس سے بھرپور استفادہ حاصل کرتی رہتی ہوں۔ میرا حال میں آزمودہ مشاہدہ جو میں نے آپ کے روحانی آرٹیکل سے لیا وہ میں قارئین کے ساتھ شیئر کررہی ہوں۔ میری بھانجی کے سونے کا ٹاپس گم ہوگیا‘ میں نے اپنی آپی کو کہا کہ یَارَبِّ مُوسٰی یَارَبِّ کَلِیْمِ بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ پڑھیں اس کے عبقری میں بہت زیادہ فوائد آرہے ہیں۔ آپ بھی آزمالیں۔ میری آپی نے اور میں نے یہی وظیفہ پڑھنا شروع کردیا۔ اس دن میری آپی نے بڑے دھیان سے جھاڑو لگایا مگر اس میں ٹاپس نہ ملا۔ سارا ڈسٹ بین میں ڈالا۔ اس سے اگلے دن جب ڈسٹ بن میں باہر لے کر جارہی تھی تو آپی نے کہا کہ مجھے دکھاؤ کیا پتہ مل ہی جائے۔ ہم دونوں یہی وظیفہ پڑھ رہی تھیں اور ڈسٹ بن بھی دیکھ رہی تھیں تو وہ ٹاپس ڈسٹ بن میں سے نکل آیا۔ بے شک یہ اسی عمل کی برکت ہے۔

میری پریشانیاں ہوئیں دور

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! آپ کا ماہنامہ عبقری مجھے بہت پسند ہے‘ اس رسالے نے میری بہت سی مشکلات آسان کی ہیں۔ خاص طور پر آپ کا روحانی آرٹیکل ’’گمشدہ چیز‘ فرد اور سرمایہ پانے کا راز‘‘ نے تو میری زندگی ہی آسان کردی ہے۔ مجھے بہت سی پریشانیاں تھیں میں نے ان سے نجات پانے کیلئے آپ کا روحانی وظیفہ یَارَبِّ مُوسٰی یَارَبِّ کَلِیْمِ بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ پڑھنا شروع کردیا‘ ابھی میں نے کچھ عرصہ ہی مستقل مزاجی سے پڑھا کہ میری پریشانیاں ایسے دور ہوئیں کہ جیسے پہلے کبھی تھیں ہی نہیں۔ الحمدللہ!

وظیفے نے بدنامی سے بچالیا

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! میں عبقری رسالہ 2008ء سے پڑھ رہا ہوں۔ عبقری سے میرا تعارف میرے کچھ رشتہ داروں نے کروایا تھا۔ میں ایک کپڑے کی بڑی دکان پر کام کرتا ہوں۔ میں ایک بینک میں پیسے جمع کروانے گیا جب پیسے جمع کروا کر واپس آیا تو اس کی سلپ مجھ سے گم ہوگئی‘ جب میں دکان پر واپس آیا اور اپنی جیب چیک کی تو میری آنکھوں کے آگے اندھیرا چھا گیا‘ بہت ڈھونڈا اپنے آپ کو سوا لاکھ سلپ تھی کہ ملنے کا نام ہی نہیں لے رہی تھی۔ وہ سلپ پروف تھا کہ میں نے پیسے جمع کروادیئے ہیں میں نے اس کا نمبر بھی نوٹ نہیں کیا تھا‘ اگر سلپ نہیں ملتی تو میرے مالک مجھ پر شک کرتے‘ میں نے اسی پریشانی میں دو دفعہ رستہ میں سے دیکھ کر واپس آگیا مگر سلپ نہ نظر آئی۔ پھر مجھے آپ کے روحانی آرٹیکل کا وظیفہ یَارَبِّ مُوسٰی یَارَبِّ کَلِیْمِ بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ یاد آیا اور میں نے وہ پڑھنا شروع کردیا اور دل ہی دل میں اللہ سے باتیں شروع کردیں کہ یا اللہ وہ سلپ دلوا دیں نہیں تو میں بدنام ہو جاؤں گا۔ میں وظیفہ پڑھتے ہوئے واپس جارہا تھا تو رستے میں جہاں سے میں دوبار پہلے بھی دیکھ چکا تھا وہاں سے مجھے وہ سلپ مل گئی۔ میں فوراً مسجد گیا وضو کیا اور دو شکرانے کے نفل ادا کیے۔ میری آنکھوں سے آنسو جاری تھے اور میں دل ہی دل میں حضرت حکیم صاحب اور تمام عبقری کی ٹیم کیلئے دعائیں نکل رہی تھیں۔ اللہ تعالیٰ ان کو لمبی زندگی عطا فرمائے۔ آمین۔

پیسے خود گھر آکر دے گیا

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! ہم آپ کا رسالہ عبقری ہر ماہ باقاعدگی سے پڑھتے ہیں۔ آپ کے روحانی آرٹیکل کے وظیفے نے ہمارا بہت بڑا مسئلہ حل کردیا ہے۔ میرے خاوند کے کسی نے پیسے دینے تھے‘ میں نے اور میرے شوہر نے یَارَبِّ مُوسٰی یَارَبِّ کَلِیْمِ بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ مسلسل پڑھنا شروع کردیا۔ ابھی چند دن ہی پڑھا تھا کہ وہ آدمی خود ہمارے گھر آکر پیسے دے گیا۔ حالانکہ اس سے پہلے وہ ٹال مٹول سے کام لے رہا تھا۔

قارئین! میں آپ کے سینے کی امانت آپ تک پہنچا رہا ہوں‘ آپ کو اس وظیفے سے جو فائدہ پہنچے ضرور امانت سمجھ کر مجھے لکھیں‘ انتظار رہے گا۔ ایڈیٹر!

(بقیہ: محمود وایاز اور درویش)

اربعہ اور دیگر صحابہ اکرام کے سوا کسی نے نہیں دیکھا جس کی دلیل یہ آیت مبارک ہے ’’ترجمہ: یعنی اے نبی! (ﷺ) آپ ان کو دیکھتے ہیں جو آپ کی جانب نظر کرتے ہیں حالانکہ وہ آپ (ﷺ) کو نہیں دیکھ سکتے‘‘ یہ سن کر محمود بہت محظوظ ہوا۔ پھر آپ سے نصیحت کرنے کی خواہش کی تو آپ نے فرمایا: ’’نواہی سے اجتناب کرتے رہو‘ باجماعت نماز ادا کرتے رہو‘ سخاوت و شفقت کو اپنا شعار بنالو‘ جب محمود نے دعا کی درخواست کی تو فرمایا کہ میں اللہ سے ہمیشہ دعا کرتا ہوں کہ مسلمان مردوں اور عورتوں کی مغفرت فرمادے۔ پھر جب محمود نے عرض کیا کہ میرے لیے مخصوص دعا فرمایئے تو آپ نے کہا کہ اے محمود! تیری عاقبت محمود ہو اور جب محمود نے اشرفیوں کا ایک توڑا آپ کی خدمت میں پیش کیا تو آپ نے جو کی خشک ٹکیا اس کے سامنے رکھ کر جواب دیا کہ اس کو کھاؤ‘ چنانچہ محمود نے جب توڑ کر منہ میں رکھا اور دیر تک چبانے کے باوجود بھی حلق سے نہ اترا تو آپ نے فرمایا کہ شاید نوالہ تمہارے حلق میں اٹکتا ہے۔ اس نے کہا ہاں! تو فرمایا: تمہاری یہ خواہش ہے کہ اشرفیوں کا یہ توڑا اسی طرح میرے حلق میں بھی اٹک جائے لہٰذا اس کو واپس لے لو کیونکہ میں دنیاوی مال کو طلاق دے چکا ہوں۔ محمود کے بے حد اصرار کے باوجود بھی آپ نے اس میں سے کچھ نہ لیا۔ پھر محمود نے خواہش کی کہ بطور تبرک کوئی چیز عطا فرمادیں۔ اس پر آپ نے اس کو اپنا پیراہن دے دیا۔ پھر محمود نے رخصت ہوتے ہوئے عرض کی کہ حضرت آپ کی خانقاہ تو بہت خوبصورت ہے تو فرمایا کہ اللہ نے تجھے اتنی وسیع سلطنت بخش دی ہے پھر بھی تمہارے اندر طمع باقی ہے اور اس جھونپڑی کا بھی خواہش مند ہے۔ یہ سن کر اس کو بے حد ندامت ہوئی اور جب وہ رخصت ہونے لگا تو آپ تعظیم کیلئے کھڑے ہوگئے تو اس نے پوچھا کہ میری آمد کے وقت تو آپ نے تعظیم نہیں کی پھر اب کیوں کھڑے ہوگئے فرمایا: اس وقت تمہارے اندر شاہی تکبر موجود تھا اور میرا امتحان لینے آئے تھے لیکن اب عجز و درویشی کی حالت میں واپس جارہے ہو اور خورشید فقر تمہاری پیشانی پر رخشندہ ہے۔ اس کے بعد محمود رخصت ہوگیا۔ (تذکرۃ الاولیاء صفحہ 388)

حضرت حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی دامت برکاتہم العالیہ کی تالیفات

نمبر	نام کتاب	قیمت
1	اہل بیت کے پاکیزہ اور انوکھے واقعات	200/-
2	اہل بیت سے عشق کیجئے	200/-
3	اچھے لوگ اچھے اصول	200/-
4	ازدواجی مسائل علاج نبوی اور جدید سائنس	200/-
5	الرجی سے نجات کے قدرتی طریقے	100/-
6	انوکھی بیماریاں انوکھے علاج	180/-
7	انوکھی زندگی کے 700 انوکھے وظائف	300/-
8	آزمودہ گھریلو معالج	200/-
9	آداب معرفت (جدید)	400/-
10	انسانی نگینوں کے حیرت انگیز فوائد (اردو انگلش)	200/-
11	1947ء کے مظالم کی کہانی خود مظلوموں کی زبانی	350/-
12	اقوال اولیاء	350/-
13	امراض معدہ علاج نبوی اور جدید سائنس	200/-
14	ایک روحانی عامل کی خفیہ ڈائری	200/-
15	الحسیب اور اس کے کرشمات	180/-
16	بچوں کے مسئلوں کا بہترین علاج	200/-
17	بچوں کی پریشانیوں کیلئے لاجواب وظائف	160/-
18	بھارتی مسلمانوں پر کیا گزری؟	180/-
19	بڑوں کی زندگی کے انمٹ تجربات	250/-
20	باپ کا تقدس اسلام اور جدید سائنس	200/-
21	بے قرار زندگی سے پرسکون زندگی تک	250/-
22	باکمال عاملین کے بے مثال تجربات	250/-
23	بیان المجید بے مثل کشف المحجوب المعروف حاذق کشف المحجوب	600/-
24	بریلوی علماء کی روداد یاں	زیر طبع
25	پرکشش زندگی گزارنے کے گر نبوی طریقے اور جدید سائنس	200/-
26	پھلوں سے صحت و تندرستی	200/-
27	پرسکون زندگی کی تلاش نبوی طریقے اور جدید سائنس	250/-
28	پیغمبر اسلام کا غیر مسلموں سے حسن سلوک (اردو انگلش)	350/-
29	پرسکون نیند نبوی طریقے اور جدید سائنس	200/-
30	تربیت اولاد اسلام اور جدید سائنس	230/-
31	تندرستی کے دس راز دان تک	200/-
32	تعلیمات نبوی اور جدید سائنس	500/-
33	توبہ کے کمالات	200/-
34	ٹینشن کا سائنسی اور روحانی علاج	200/-
35	جڑی بوٹیوں کے کمالات اور جدید سائنسی تحقیقات	250/-
36	جیلوں میں بیتے لمحات کی کہانی مشاہیر کی زبانی	400/-
37	جنسی زندگی اسلام اور جدید سائنس	250/-
38	جانوروں کے انوکھے عشق و وفا کے واقعات	300/-
39	جنسی پرہیزگاری نبوی علاج و احتیاط اور جدید سائنس	300/-
40	جوانی کی حفاظت کیسے کی جائے؟	250/-
41	جادو جنات کے پراسرار انکشافات اور آزمودہ روحانی علاج	320/-
42	جادو جنات اسلام اور جدید سائنس	400/-
43	جنات کی بیماریاں روکنے کا مختصر عمل	10/-
44	جنات کا پیدائشی دوست (جلد اول)	350/-
45	جنات کا پیدائشی دوست (جلد دوم)	350/-
46	جنات سے ملاقاتیں	300/-
47	چادر اور چار دیواری	150/-
48	جذبات اور خیالات کے روگ نبوی طریقے اور جدید سائنس	200/-
49	جیل کا جہنم	120/-
50	حسن جوانی اسلام اور جدید سائنس	300/-
51	حال دل	200/-
52	حسن و صحت کیلئے انمول ٹانک	300/-
53	حسن لازوال کی تلاش میں بیماریاں	400/-
54	حکماء کی زندگیوں کے نچوڑ	320/-
55	حیرت انگیز حافظہ ناممکن نہیں	200/-
56	حرمین میں نیکیوں کے پہاڑ	300/-
57	حکمائے عصر کے کرشمات	80/-
58	یا حفیظ یا سلام کے کرشمات	60/-
59	خاندانی مسائل کا علمی و نفسیاتی تجزیہ	450/-
60	خواتین کے حسن و جمال کے خفیہ راز	300/-
61	خطبات عبقری (جلد اول)	300/-
62	خطبات عبقری (جلد دوم)	300/-
63	خطبات عبقری (جلد سوم)	300/-
64	خطبات عبقری (جلد چہارم)	300/-
65	خطبات عبقری (جلد پنجم)	300/-
66	خواتین کے مسائل اور ان کی الجھنوں کے نسخے	300/-
67	خواتین کی اسلامی زندگی کے سائنسی حقائق	250/-
68	خوابوں کی پراسرار دنیا	180/-
69	دو انمول خزانے (اردو)	10/-
70	دو انمول خزانے (انگلش)	10/-
71	دو انمول خزانے کے کرشمات (بڑا سائز)	200/-
72	دیوبندی علماء کی روداد یاں	زیر طبع
73	دماغی امراض سے چھٹکارا	120/-
74	ذہنی ٹینشن سے نجات پانے والے	200/-
75	روحانی رازوں کے انوکھے بھید	200/-
76	روحانی پیالی کے کرشمات	40/-
77	رنگ برنگی جڑی بوٹیاں دوا بھی غذا بھی شفاء بھی	200/-
78	روحانی غسل کے کرشمات	10/-
79	رمضان المبارک کے روحانی و جسمانی نسخے	200/-
80	رمضان میں روحانی و جسمانی تندرستی	30/-
81	رمضان المبارک کے خاص تحفے	5/-
82	روزگار کی پریشانی کا آزمودہ وظیفہ	10/-
83	روحانیت جادو اور دم	350/-
84	روحانی پاکیزگی	250
85	ربنا آتنا فی الدنیا کے کرشمات	200/-
86	سورۂ یٰسین کے کرشمات	10/-
87	سورۂ بقرہ سے شرطیہ (انشاء اللہ) شفا پائیں	10/-
88	سنت نبوی اور جدید سائنس (جلد نمبر 1)	400/-
89	سنت نبوی اور جدید سائنس (جلد نمبر 2)	400/-
90	سنت نبوی اور جدید سائنس (جلد نمبر 3)	400/-
91	سنت نبوی اور جدید سائنس (جلد نمبر 4)	400/-
92	سنت نبوی اور جدید سائنس (انگلش والیم 1)	300/-
93	سنت نبوی اور جدید سائنس (انگلش والیم 2)	300/-
94	سدا بہار حسن کی ضامن غذائیں	280/-
95	حروف مقطعات سے زندگی آسان	10/-
96	سورۂ فاتحہ اور سورۂ اخلاص کے کرشمات	50/-
97	سورۂ قریش کے کرشمات	60/-
98	سورۂ کوثر کے کرشمات	60/-
99	شجرہ طیبہ قادری عبقری	10/-
100	[illegible] انمول یادیں	250/-
101	شہد کے کمالات	150/-
102	شاہراہ معرفت پر کامیابی کا سفر	250/-
103	شافی دوائیں شافی علاج	250/-
104	شوگر کا سائنسی اور روحانی علاج	200/-
105	شادی شدہ زندگی خوشی خوشی گزارنے کے راز	300/-
106	شوگر کا کامیاب علاج	200/-
107	شاندار زندگی گزارنے کے جاندار اصول	250/-
108	شفاء بخش خیالات کی کرشمہ سازی نبوی طریقے اور جدید سائنس	120/-
109	شہید پاکستان	250/-
110	شاداب زندگی کے راز نبوی طریقے اور جدید سائنس	200/-
111	صوفی اعظم اور تحقیقی لطائف	160/-
112	صحت مند عادات نبوی طریقے اور جدید سائنس	200/-
113	صحت بخش خوش ذائقہ غذائیں اور سائنسی اصول	150/-
114	صوفی اعظم سے روشنی کا سفر	250/-
115	صوفی اعظم اور قبولیت دعا	180/-
116	صوفی اعظم کے روشن ستارے	350/-
117	صوفی اعظم اور باطنی سکون	160/-
118	صلوٰۃ التسبیح کے کرشمات	200/-
119	صادق دوست اور قلعہ ڈیراور	350/-
120	عورتوں کی بیماریوں کے 700 آسان نسخے	300/-
121	طبی تجربات و مشاہدات	150/-
122	عورت اسلام اور جدید سائنس	350/-
123	عامل کامل بننے کے راز	200/-
124	عبقری اور ہدایت کی شاہراہیں	20/-
125	عشق اسلام اور جدید سائنس	450/-
126	علماء اہل حدیث کا ذوق تصوف	2100/-
127	علماء اہل حدیث کی حیرت انگیز کرامات (جلد اول)	400/-
128	علماء اہل حدیث کی حیرت انگیز کرامات (جلد دوم)	300/-
129	اسلاف اہل حدیث کی روداد یاں	300/-
130	علماء اہل حدیث اور تصوف کی خوشبو (جلد اول)	400/-
131	علماء اہل حدیث اور تصوف کی خوشبو (جلد دوم)	400/-
132	عبقری بتائے جڑی بوٹیوں کے کرشمات	200/-
133	عبقری لایا انوکھے اور لاجواب ٹوٹکے (جلد اول)	300/-
134	عبقری لایا انوکھے اور لاجواب ٹوٹکے (جلد دوم)	300/-
135	عرقی وظائف اور آزمودہ تحقیقی نتائج	280/-
136	علماء اہل حدیث کے آزمودہ عملیات	300/-
137	تربت روضہ مبارک کے کرشمات	5/-
138	غصیلوں کی اصلاح نبوی طریقے اور جدید سائنس	300/-
139	غیر مسلموں کی عبادت گاہوں کو نقصان کے حقوق اور ہماری ذمہ داریاں	40/-
140	فیضان سنت اور جدید سائنس	200/-
141	قدرتی ٹانک اور علاج نبوی	200/-
142	قدرت کا انتقام اور انجام	300/-
143	قبولیت دعا کے انوکھے واقعات	180/-
144	کولیسٹرول کا سائنسی اور روحانی علاج	120/-
145	کامیاب شادی کے سترہ اصول نبوی طریقے اور جدید سائنس	250/-
146	کمالات اولیاء	200/-
147	کینسر کو شکست	200/-
148	کلونجی کے کرشمات	80/-
149	کالی دنیا کا جادو وظائف اولیاء اور سائنسی تحقیقات	700/-
150	کشف اور پراسرار روحانی قوتوں کا حصول	250/-
151	کامیاب مائیں بنیے	250/-
152	[illegible]	2500/-
153	گنج سے شفا پانے کے راز	230/-
154	گھبراہٹ سے پرہیزگاری تک	100/-
155	گردے کے امراض اور پتھری کا سائنسی اور روحانی علاج	150/-
156	خوبصورت اور گھنے بال	230/-
157	گھریلو الجھنیں اور ماہرین کے تجربات	400/-
158	گھریلو الجھنوں کا روحانی علاج	150/-
159	گھریلو الجھنوں سے چھٹکارا پانے والے	400/-
160	گھروں میں اجتماعی سکون اور خوشیوں کا راز	200/-
161	گھریلو الجھنوں کا روحانی اور قرآنی علاج	150/-
162	موتی مسجد کے کرشمات	10/-
163	مہلک دوائیں نبوی دوائیں اور جدید سائنس	170/-
164	میرے طبی رازوں کا خزانہ	250/-
165	مالدار بننے کا آزمودہ راز	10/-
166	موت کے سائنسی اور روحانی انکشافات	150/-
167	مشکلات سے نجات پانے والوں کے روحانی تجربات (پاکٹ بک)	250/-
168	مجھے شفاء کیسے ملی؟	500/-
169	معرفت کے متلاشی	280/-
170	معالجات نبوی اور جدید سائنس (جلد نمبر 1)	400/-
171	معالجات نبوی اور جدید سائنس (جلد نمبر 2)	400/-
172	معالجات نبوی اور جدید سائنس (جلد نمبر 3)	400/-
173	معالجات نبوی اور جدید سائنس (جلد نمبر 4)	400/-
174	معاشرت نبوی اور جدید سائنس	500/-
175	[illegible]	300/-
176	مولانا طارق جمیل کے ہمراہ	250/-
177	ماں کا تقدس اسلام اور جدید تحقیق	200/-
178	مہلک غذائیں نبوی غذائیں اور جدید سائنس	200/-
179	ماؤں بہنوں کی مشکلات کا پر تاثیر روحانی علاج (جدید ایڈیشن)	200/-
180	مولانا طارق جمیل شخصیت و کمال	250/-
181	معالج اور مریضوں کے تجربات	200/-
182	مہلک عادات نبوی طریقے اور جدید سائنس	200/-
183	مشاہیر کی آپ بیتیاں	150/-
184	ویران اخلاق بیمار نوجوان	250/-
185	موٹاپے سے نجات علاج نبوی اور جدید سائنس	200/-
186	مشکلات کے پہاڑ اور میرے روحانی تجربات	80/-
187	لکھو وظائف سے مجھے مدد کیسے ملی	300/-
188	مثالی حافظہ اور آزمودہ نبوی عمل	40/-
189	مساج سے حسن صحت اور سکون	120/-
190	ندامت کے آنسو	200/-
191	نوجوانوں کی جنسی الجھنیں علاج نبوی اور جدید سائنس	250/-
192	نبوی دسترخوان صحت و تندرستی کے راز اور جدید سائنس	300/-
193	نوجوانوں کے جنسی مسائل علاج نبوی اور جدید سائنس	250/-
194	نباتات قرآنی اور جدید سائنس	350/-
195	وضو کے تین گھونٹ کے کرشمات	10/-
196	وٹامن انسانی صحت کیلئے کیوں ضروری	200/-
197	ہارٹ اٹیک سے بچاؤ کی روحانی اور سائنسی ترکیب	180/-
198	ہپاٹائٹس کا سائنسی اور روحانی علاج	200/-
199	ہائی بلڈ پریشر کا روحانی اور سائنسی علاج	200/-
200	ہزار سال پرانے طبی و روحانی بھید	350/-
201	یاقہار کے کرشمات	120/

عبقری پڑھیں اور پھیلائیں معاشرہ میں تعصب نفرت اور عدم برداشت کے خاتمے کا بہترین نسخہ محبت پیار رواداری اور خیر خواہی کے پھول اگانے کی کوشش عبقری اور عبقری کی کتابوں کے ذریعے

فہرست ادویات بمعہ نرخنامہ

نمبر شمار	نام ادویات	قیمت	نمبر شمار	نام ادویات	قیمت
1	آنکھ شفاء	70/-	41	شہد 330 گرام	200/-
2	اکسیر البدن	300/-	42	شوگر کورس	800/-
3	الرجی نزلہ کورس	600/-	43	طب نبوی حسن و جمال کریم	300/-
4	اصلاح معدہ پیکیج	440/-	44	طب نبوی ہیئر آئل	300/-
5	السر کورس	400/-	45	طب نبوی انمول ہیئر پاؤڈر	120/-
6	بواسیر کورس	500/-	46	عروسی سہاگ کورس	5000/-
7	برص پھلبہری کورس	500/-	47	فشاری گولیاں	200/-
8	بے اولادی کورس	2500/-	48	فلفس پیکیج	600/-
9	بے اولادی پاؤڈر	500/-	49	فلفس فولاد ٹانک	120/-
10	بنفشی قہوہ	120/-	50	کراماتی تیل	200/-
11	بستر پیشاب شفاء	120/-	51	کان شفاء	70/-
12	پیشاب کنٹرول کورس	400/-	52	کولیسٹرول سے نجات (کورس)	600/-
13	پتھری ڈائیلاسز کورس	800/-	53	کرنٹ مالش	500/-
14	پوشیدہ کورس	600/-	54	کمر جوڑوں اور پٹھوں کا درد کورس	800/-
15	پیچش شفاء	120/-	55	گیس بدہضمی تبخیر کورس	600/-
16	پتہ پتھری شفاء	90/-	56	گلٹیاں رسولیاں ٹیومر سے نجات کورس	500/-
17	ٹھنڈی مراد	120/-	57	قد دراز کورس	500/-
18	ٹھنڈک پیکیج	500/-	58	قبض کشا	120/-
19	جوہر شفاء مدینہ	150/-	59	قوتی گولیاں	500/-
20	چلڈرن سیرپ	120/-	60	لاجواب حافظہ پیکیج	670/-
21	چوٹ شفاء	100/-	61	لیکوریا شفاء	120/-
22	چہرہ شفاء	150/-	62	معجون شفاء یابی	500/-
23	خون صفاء پاؤڈر	120/-	63	مرہم سکون	70/-
24	خاتون شفاء (سیرپ)	120/-	64	موٹاپا کورس	600/-
25	خون افزاء ٹانک	120/-	65	مشروب عبقری افزاء	180/-
26	دیسی کریم	500/-	66	مردمی جواہراتی	1100/-
27	دمہ والا شہد دوائی	900/-	67	معجون مراد	1100/-
28	ڈپریشن پیکیج	490/-	68	نوجوانوں کے روگ کورس	700/-
29	روحانی پھکی	20/-	69	ناک شفاء	100/-
30	روحانی عطر	240/-	70	نشاطی (جدید)	520/-
31	روشن دماغ ٹانک	120/-	71	نوجوان شفاء	120/-
32	زرخوانی نقرانی	2200/-	72	نیو طاقتی	640/-
33	ستر شفائیں	250/-	73	ہیپاٹائٹس کورس	800/-
34	سکون افزاء شوگر فری سیرپ	120/-	74	ہارمونز شفاء	300/-
35	سکون افزاء (بڑی پیک میں)	320/-	75	ہائی بلڈ پریشر کورس	600/-
36	سچا منجن	70/-	76	ہیپاٹائٹس نجات سیرپ	120/-
37	پکی دوا بے اولادی کیلئے	100/-	77	ہیپاٹائٹس نجات سیرپ (بڑی پیک)	320/-
38	سدا بہار حسن و خوبصورتی پیکیج	840/-	78	ہاضمہ خاص پاؤڈر	200/-
39	شفاء حیرت سیرپ	120/-	79	یورک ایسڈ نجات کورس	600/-
40	شہد ایک کلو گرام	600/-			

آج کل کاغذ اور دیگر سامان طباعت کی گرانی کی وجہ سے کتابوں کی قیمتیں تبدیل ہوتی رہتی ہیں اس لیے ترسیل کے وقت جو قیمت ہوگی اسی کا اعتبار ہوگا اس سلسلے میں ادارہ پر اعتماد فرمائیں۔

مہنگی ادویات سے چھٹکارا چاہتے ہیں یہ کتاب پڑھیں!

عبقری کی سربند دوائیں لاکھوں انسانوں کو فائدے اور کمال دے چکی ہیں ان کی شفایابی کے کمالات اور لوگوں کی تصدیقات ایک کتاب کی شکل میں قارئین تک پہنچانے کیلئے ادارہ کے خصوصی تعاون سے اس کی قیمت صرف 20 روپے رکھی ہے۔ اپنے ہاکر اور قریبی سٹال سے ابھی خریدیں پڑھیں۔ ہر گھر میں اس کتاب کا ہونا بہت ضروری ہے۔ یہ کتاب دراصل گھریلو معالج اور فرسٹ ایڈ یا دادی اماں کی پٹاری۔۔۔ بس لاجواب کتاب ہے۔

0343-8710009

خالص شہد کے متلاشی متوجہ ہوں!



"شہد" کے بارے میں کچھ کہنے سے پہلے ہم ابتداء فرمان الٰہی سے کرتے ہیں۔ فرمان الٰہی ہے فِیۡهِ شِفَآءٌ لِّلنَّاسِ اس میں لوگوں کیلئے شفاء ہی شفاء ہے۔ "شہد" کیمیائے صحت مقوی اعضائے رئیسہ ہے۔ دل و دماغ اور معدہ وجگر کو غضب کی تقویت بخش کر حرارت غریزی میں تحریک پیدا کرتا ہے۔ "شہد" مصفی خون ہونے کے علاوہ مولد خون بھی ہے۔ جگر میں ٹھنڈک پیدا کرنے کیلئے پانی میں شہد ملا کر استعمال کریں۔ نبی کریم ﷺ نے فرمایا جو شخص ہر ماہ میں تین دن تک صبح کے وقت شہد چاٹے گا اسے کوئی بڑی بلا بھی تکلیف نہیں دے گی۔ شہد با آسانی لیسدار بلغم کا اخراج کرتا ہے۔ جسم کی ردی رطوبت کو دور کرتا ہے۔ بلغمی امراض مثلاً فالج' لقوہ' استرخا میں بہت نافع ہے۔ نمک لاہوری اور پیاز کے رس کے ساتھ استعمال کرنے سے دمہ' آنکھوں کی کھجلی اور سفید موتیا کو فائدہ دیتا ہے۔ دماغ کی تقویت اور جھریوں سے نجات کیلئے غذا میں دودھ مکھن' شہد استعمال کریں۔ اس کی افادیت کے سلسلے میں ہندی وعید کا ایک واقعہ پڑھیے اور شہد کی اہمیت اور افادیت سے واقفیت حاصل کیجئے۔ کہتے ہیں کہ میں گزشتہ جنوری کی 16 تاریخ کو دریائے گنگا کے قریب واقع ایک اندھیرے کمرے میں داخل ہوا میری غذا دودھ مکھن اور شہد پر مشتمل تھی۔ دن بھر مجھے آرام کرنا پڑتا اور صبح وشام میں غور وفکر میں مشغول رہتا میں فروری کی 28 تاریخ تک وہیں رہا جب میں وہاں سے واپس ہوا تو ایک مختلف قسم کا آدمی دکھائی دیتا تھا۔ میرے چہرے پر جو جھریاں مکڑی کے جالے کی طرح چھائی ہوئی تھیں مکمل طور پر ختم ہو چکی تھیں۔ میرے مسوڑے پھر سے مضبوط ہو چکے تھے۔ میرے عزیز واقارب جو میرے بڑھاپے کی صورت سے آشنا تھے ان کیلئے اب میری پہچان مشکل ہوگئی تھی۔ کیونکہ میرا رنگ وروپ بدل چکا تھا۔ میں اپنی عمر سے تیس برس چھوٹا دکھائی دیتا تھا۔ شہد پانی میں ملا کر استعمال کرنے سے سینہ کے فاسد مواد تھوک وبلغم' کھانسی دور ہو جاتی ہے۔ سفید پیاز کا پانی شہد میں ملا کر استعمال کرنے سے تولید منی بڑھ جاتی ہے۔ شہد میں لہسن پیس کر چاٹنے سے بچھو کا زہر اتر جاتا ہے۔ گردے ومثانے کی پتھری کو توڑتا ہے۔ دانتوں کو صاف کر کے انہیں مضبوط بناتا ہے۔ آیورویدک میں شہد معدہ کو تقویت دیتا ہے۔ رنگت کو نکھارتا ہے' حسن افزا ہے' بھوک لگاتا ہے' دل کے جملہ امراض کیلئے نافع ہے' آواز میں رس پیدا کرتا ہے علاوہ ازیں جذام' جریان' جلن' کھانسی' خفقان' پیاس' فساد خون' پاگل پن' ہچکی' دمہ' پسلی کے درد' امراض چشم' قبض کیلئے انتہائی مفید ہے۔ ٹھنڈے پانی کے ایک گلاس میں کھانے کے دو چمچ شہد ملا کر پینے سے اچھی نیند آتی ہے۔ شہد جسم کی نمی کو پورا کرتا ہے لہٰذا دبلا ہونے کیلئے بہت مفید نسخہ ہے۔ یہ بڑھاپے کو جلدی آنے سے روکتا ہے۔ گلاس میں لیموں اور شہد ملا کر پینے سے پورے جسم کی صفائی کے ساتھ رنگت نکھر جاتی ہے۔ روزانہ کھانے کے ساتھ تھوڑی مقدار میں شہد کھاتے رہنے سے نظام ہضم درست رہتا ہے اور تیزابیت کنٹرول میں رہتی ہے۔ بالوں کی مضبوطی اور قدرتی چمک کیلئے کھانے کے 4 چمچ شہد میں کھانے کے 2 چمچ خالص زیتون ملا کر خوب حل کر کے سر پر مساج کریں پھر کھولتے ہوئے پانی میں تولیہ بھگو کر سر پر رکھیں۔ پھر سر کو دھولیں۔



330 گرام قیمت: 200 روپے

ایک کلو پیکنگ

600 روپے علاوہ ڈاک خرچ

سکھر: اصلاحی وروحانی اجتماع 26،27،28 فروری 2016ء

بروز جمعہ' ہفتہ' اتوار (انشاءاللہ)

تربیتی اصلاحی تعلق مع اللہ' روحانیت کے پراسرار حقائق اور گھریلو الجھنوں' مشکلات اور پریشانیوں کے خاتمہ کیلئے تین روزہ اجتماع میں شرکت کریں۔ حضرت حکیم صاحب دامت برکاتہم کی طرف سے دعوت عام اور اجازت عام ہے۔ حسب موسم بستر ہمراہ لائیں' لنگر اور رہائش کا مکمل ہوگا۔ **ترتیب:** عبقری اصلاحی وروحانی اجتماع سکھر میں حضرت حکیم صاحب دامت برکاتہم کی 6 نشستیں ہوں گی۔ پہلی نشست 26 فروری بعد از نماز جمعہ' حضرت حکیم صاحب دامت برکاتہم کا درس' ذکر اور مراقبہ ہوگا۔ دوسری نشست 26 فروری بعد از نماز مغرب' حضرت حکیم صاحب دامت برکاتہم کا درس' ذکر اور مراقبہ ہوگا۔ تیسری نشست 27 فروری بروز ہفتہ بعد از نماز فجر' حضرت حکیم صاحب دامت برکاتہم کا درس' ذکر اور مراقبہ ہوگا۔ چوتھی نشست بعد از نماز ظہر' حضرت حکیم صاحب دامت برکاتہم کا درس' ذکر اور مراقبہ ہوگا۔ پانچویں نشست بعد از نماز مغرب' حضرت حکیم صاحب دامت برکاتہم کا درس' ذکر اور مراقبہ ہوگا۔ چھٹی اور آخری نشست 28 فروری بروز اتوار صبح 9 بجے حضرت حکیم صاحب دامت برکاتہم کا درس' ذکر اور مراقبہ ہوگا۔ اس کے بعد حضرت حکیم صاحب دامت برکاتہم دعا فرمائیں گے۔ ابھی سے دعائیں شروع کر دیں یااللہ! عافیت سے تمام نظام مکمل فرما اور ہر شر ہر فتنے سے محفوظ فرما۔ آمین! نوٹ: خواتین کیلئے تین دن صرف درس سننے کیلئے اجتماع گاہ کے قریب علیحدہ باپردہ انتظام ہوگا۔ شناختی کارڈ کی کاپی ضرور ہمراہ لائیں

ایڈریس: گورنمنٹ ہاؤسنگ سوسائٹی نزد شیراز ہسپتال جامعہ دارالعلوم سکھر ایئرپورٹ روڈ۔

جنت کے پودے دنیا میں لگائیں: عبقری خود پڑھیں احباب کو محبت کے ساتھ متوجہ کریں۔ ہر ماہ حسب توفیق عبقری پھیلائیں۔ بے شمار لوگوں کے تجربات کہ انہوں نے عبقری تقسیم کیے گھریلو مشکلات ایسے حل ہوئیں کہ وہ خود حیران رہ گئے۔ آپ بھی تقسیم کریں اور مسائل حل کروائیں۔

ملتے جلتے ناموں سے دھوکہ مت کھائیں: حضرت حکیم صاحب دامت برکاتہم کا لاہور کے علاوہ کسی شہر میں کلینک نہیں ہوتا۔ عبقری ایجنسی سے صرف عبقری ہی کی ادویات لیں اور دوسری ہرگز نہ لیں۔ حضرت کا کسی شہر میں مشورہ کیلئے کوئی نمائندہ نہیں۔ بیرون شہر درس اور کلینک کا اعلان رسالہ میں ہوتا ہے۔ حضرت کا فیس بک' ٹیوٹر پر ذاتی اکاؤنٹ موجود نہیں۔ رابطہ کیلئے عبقری کے پتے پر خط یا فون کریں۔ **042-37425801-3**

حضرت حکیم صاحب دامت برکاتہم کی آمد: فیصل آباد، اسلام آباد، کراچی (صرف درس) تفصیلات ٹائٹل کی بیک پر



خاتون شفاء، جس کی بے قاعدگی کا آخری علاج "خاتون شفاء" بے بہا نہایت باکمال۔ لاکھوں کا آزمودہ اور بہترین پوشیدہ امراض میں مبتلا خواتین کیلئے نئی زندگی۔ اسٹرائیڈ' کیمیکل' نقصان دہ چیزوں سے پاک

عبقری کا شہد سو فیصد خالص ہے موسمی تبدیلی کی وجہ سے شہد کا جمنا فطری عمل ہے مصنوعی اور ملاوٹ سے بچی جائے